

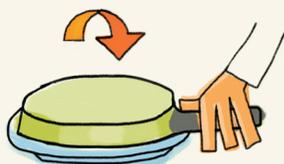
Flip! TA QUESADILLA!



- > Place une grande assiette renversée sur la poêle.



- > Mets une main sur la grande assiette et une autre sur le manche de la poêle.



- > Retourne la poêle en tenant bien l'assiette.



- > Glisse la quesadilla dans la poêle pour poursuivre la cuisson.

Quesadilla au poulet

EN ESPAGNOL, LE MOT *QUESO* SIGNIFIE « FROMAGE ». C'EST POURQUOI ON APPELLE QUESADILLA CE SUCCULENT SANDWICH AU FROMAGE FONDU. UN GENRE DE *GRILLED-CHEESE* MEXICAIN.

préparation 10 minutes / **cuisson** 6 minutes / **rendement** 1 quesadilla

2 grandes tortillas de 25 cm (10 po) de diamètre

180 ml ($\frac{3}{4}$ tasse) de poulet cuit effiloché (note p.97)

180 ml ($\frac{3}{4}$ tasse) de fromage cheddar râpé

Salsa, au goût

Crème sure, au goût

Guacamole, au goût (recette p.98)

1 Sur une planche à découper, déposer une tortilla. Répartir le poulet et couvrir de fromage. Déposer la deuxième tortilla sur les ingrédients.

2 Dans une grande poêle antiadhésive non huilée à feu moyen, cuire les tortillas environ 3 minutes de chaque côté. Utiliser une grande spatule ou une assiette pour retourner la quesadilla (technique à gauche).

3 Glisser la quesadilla sur la planche à découper et la couper en pointes. Accompagner de salsa, de crème sure et de guacamole.

EN VERSION VÉGÉ

Tu peux aussi faire des quesadillas avec des haricots rouges ou noirs en conserve, écrasés à la fourchette.