Tartines et sandwichs

Quesadillas à la dinde et aux patates douces

50 min	20 min	30 min	0	759
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la garniture

- 200 g **Blanc(s) de dinde cuit(s) tranché(s)**
- 150 g **Haricots rouges cuits**
- 200 g **Fromage frais à tartiner**
- 150 g **Cheddar**
- 1 **Patate(s) douce(s)**
- 2 **Oignon(s) vert(s)**

Ingrédients pour les tortillas

- 4 c. à café **Huile d'arachide**
- 8 **Tortilla(s) - Galette de blé ou de maïs**
- 4 c. à soupe **Crème fraîche épaisse**

Étape 1

Préparation de la garniture

1. Mettre une casserole remplie d'eau à chauffer et amener à ébullition. Plonger alors les patates douces, laisser cuire pendant 20 minutes. Puis les égoutter.
2. Couper la dinde froide en morceaux. Egoutter et rincer les haricots noirs.
3. Mettre le fromage à la crème et le cheddar râpé dans le bol d'un robot mixeur, mixer.
4. Couper les tiges des oignons verts et les réserver pour le dressage. Emincer finement les bulbes, les ajouter au fromage.
5. Etaler la moitié des tortillas sur une planche à découper. Les garnir de la préparation au fromage.
6. Peler les patates douces, les couper en rondelles.
7. Puis répartir dessus la dinde, les haricots noirs et les patates douces.

Étape 2

Cuisson des quesadillas

1. Faire chauffer une poêle avec l'huile. Une fois chaude, poser une tortilla garnie. La recouvrir d'une autre tortilla sans garniture.
2. Laisser chauffer pendant 1 minute, puis retourner délicatement sur l'autre face en s'aidant de deux spatules.
3. Une fois dorée sur les deux faces, débarrasser la quesadilla sur une assiette. Procéder de même avec les tortillas restantes.
4. Au moment de servir, couper les quesadillas en quatre, les déposer sur une assiette avec une cuillère de crème. Décorer de morceaux de tiges d'oignons verts.
5. Réserver les quesadillas sur une assiette et au four le temps de servir.