

## Quesadillas met guacamole



15 minuten



1 persoon



### VOEDINGSWAARDE

Energie	464 Kcal
Koolhydraten	14.4 g
Eiwitten	28.1 g
Vet	27.9 g
Vezels	23.4 g

Voedingswaarde per persoon

### INGREDIËNTEN

- 2 PS. Mexican wraps
- 20 g kipfilet (vleeswaar)
- 100 g gegrilde paprika uit pot
- ½ avocado
- 1 bosui
- 20 g geraspte kaas 48+
- Peper
- Zout

### BEREIDINGSWIJZE

Snijd de gegrilde paprika in reepjes en de bosui in ringetjes. Beleg één wrap met de plakjes gerookte kipfilet, gegrilde paprika, bosui en geraspte kaas. Leg de andere wrap er bovenop en leg onder de grill totdat de kaas is gesmolten. Snijd in kwarten. Prak de avocado en breng op smaak met peper en zout. Serveer samen met de quesadillas.

TIP: DEZE HOEVEELHEDEN ZIJN VOOR EEN LUNCHGERECHT, WIL JE ER EEN AVONDMAALTIJD VAN MAKEN? KIES DAN VOOR 120 G GEBAKKEN KIPFILET, 150 G GEGRILDE PAPRIKA EN VOEG 50 G MAIS TOE.