



Bertyn is onze hoofdleverancier voor Bertyn seitan-tarwe steak. Meer weten? Kijk op [BeterBio.nl](https://www.beterbio.nl) bij Bertyn seitan-tarwe steak



Ingrediënten:

- 1 courgette
- olijfolie
- zout
- 500 gr bertyn tarwe seitan
- 1 bol öma mozzarella
- 2 wrap tortilla's
- 1 snufje chilipeper
- 1 tomaat
- 1 el tapenade zontomaat

Smaakmakelijk koken op: [BeterBio.nl/koken](https://www.beterbio.nl/koken)
/Patricia

Bereidingswijze

Snijd 1 kleine courgette in de lengte in dunne plakken. Bestrooi ze met zout, bestrijk ze met olie en grill ze in een hete grillpan in een paar minuutjes gaar en goudbruin.

Bestrijk de tortilla met een lepel tapenade en leg er de gegrilde courgette op.

Snijd dunne plakjes van het blok seitan, braad deze even aan in de pan in een beetje olijfolie, en leg ze boven op de courgette. Daarboven leg je dunne plakjes tomaat en bedek dit mengsel met een kaas naar keuze.

Vet de koekenpan in met een beetje olijfolie die je met een stukje keukenpapier verdeelt over de pan. Zet deze op het vuur en bak de quesadilla in een paar minuutjes lichtbruin. Keer hem met behulp van een bord of deksel om en bak ook de andere kant lichtbruin.

Snijd de quesadilla in 8 stukken. Heerlijk bij een salade of als aperitiefhapje.

Quesadilla met seitan en courgette

in 20 min..

Tussendoortjes

Appetizer

Wereld