



## Zutaten

**1 Bund Mairübchen**  
**1 Landgurke**  
**1 Frühlingszwiebel**  
**3 Stiele Petersilie**  
**150 g griechischer Joghurt**  
**1 EL Apfelessig**  
**1 TL Agavendicksaft**  
**1 TL Senf**  
**Cayennepfeffer**  
**Salz u. Pfeffer**

## Frischer Mairübchensalat mit Gurke

Mairübchen putzen, schälen und hobeln.  
Gurke waschen, die Enden abschneiden und ebenfalls hobeln.  
Die Gurkenscheiben etwas salzen, vermischen, für ca. 20 Minuten ziehen lassen, anschließend ausdrücken und abtropfen lassen.  
Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden.  
Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken.  
Joghurt mit Apfelessig, Agavendicksaft, Senf miteinander verrühren und mit Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer würzen. Je nach Konsistenz des Dressings mit 2 EL Wasser verdünnen und gehackte Petersilie unterheben.  
Mairübchen, Gurken, Frühlingszwiebeln mit dem Dressing vermengen und für ca. 15 Minuten ziehen lassen, abschmecken mit Salz und Pfeffer.

## Zutaten

**2 Zwiebeln**  
**2 Knoblauchzehen**  
**300 g Aprikosen**  
**250 g Romatomen**  
**1 gelbe Paprika**  
**½ Bund Frühlingszwiebeln**  
**1 Limette**  
**2 EL Brat- und Backöl**  
**1 TL Paprikapulver**  
**½ TL Garam Masala**  
**Zimt**  
**Cayennepfeffer**  
**Salz und Pfeffer**  
**200 g Käse gerieben**  
**8 Tortilla Wraps**  
**½ Bund Petersilie**  
**150 g Saure Sahne**

## Fruchtige Quesadillas mit Aprikosen

Zwiebeln schälen und fein würfeln.  
Knoblauch schälen und fein hacken.  
Aprikosen waschen, entsteinen und in Würfel schneiden.  
Tomaten waschen, Strunk entfernen und ebenfalls würfeln.  
Paprika waschen, Kerngehäuse entfernen und klein würfeln.  
Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden.  
Limette waschen, auspressen und den Saft auffangen.  
Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch hinzugeben und bei mittlerer Hitze ca. 1 Minuten anschwitzen. Aprikosen, Tomaten, Paprika, Paprikapulver, Garam Masala dazu geben und für ca. 8 Minuten einköcheln lassen. Abschmecken mit Limettensaft, Zimt, Salz und Pfeffer, Cayennepfeffer. Frühlingszwiebeln unterrühren.  
Wrap in einer anderen Pfanne bei kleiner Hitze auf einer Seite ca. 2 Minuten goldbraun backen. Etwas Salsa darauf verteilen, mit Käse bestreuen, mit einem 2. Wrap belegen und vorsichtig wenden. 2 Minuten goldbraun backen, aus der Pfanne nehmen und in Stücke schneiden. So die anderen Wraps ebenfalls zubereiten.  
Die fertigen Quesadillas können auch im Backofen warmgehalten werden.  
Petersilie waschen, trocken schütteln, fein hacken und mit der Sauren Sahne vermischen. Abschmecken mit Salz und Pfeffer.  
Quesadillas zusammen mit dem Dip servieren und genießen. 😊

### Info:

Als Dip kann auch eine Guacamole serviert werden.

Das Paprikapulver kann auch durch einen Teil geräuchertes Paprikapulver ersetzt werden.

