

PINTO BEAN, MONTEREY JACK & RED SALSA QUESADILLA (QUESADEILLA DE FRIJOL PINTO, MONTEREY JACK Y SALSA ROJA)

INGREDIENTES

RELLENO DE FRIJOLES

- 1 $\frac{3}{4}$ tazas de frijoles pintos, escurridos y enjuagados
- 2 cucharadas de aceite de canola
- 1 cebolla blanca, pelada y cortada en cubitos
- 2 cucharadas de ajo, picado
- 1 cucharadita de chile en polvo
- 1 hoja de laurel
- 1 pimiento rojo asado, cortado en cubos.
- Sal Kosher y pimienta negra, al gusto
- 4 cebollas de verdeo, en rodajas
- 1 taza de queso Monterey Jack
- $\frac{1}{2}$ taza de salsa roja, no muy picante

PARA MONTAR

- 12 tortillas de trigo integral
- Aceite vegetal, según sea necesario
- $\frac{1}{2}$ taza de crema agria
- 1 aguacate, limpio y cortado en cubos
- $\frac{1}{2}$ taza de hojas de cilantro

INSTRUCCIONES

PARA EL RELLENO DE FRIJOLES:

- En una sartén, añadir el aceite de canola y, a fuego medio, saltear las cebollas hasta que estén suaves y comiencen a colorearse. Añada el ajo picado, el chile en polvo y la ramita de tomillo y cocine por otros 3 o 4 minutos. Añada los frijoles pintos cocidos y cocine por 3 a 4 minutos. Añada el pimiento rojo asado y revuelva para combinar. Sazonar con sal y pimienta y enfriar.
- Una vez que se enfríe, agregue las cebollas de verdeo, el queso jack y la salsa roja; mezcle suavemente para incorporar. Enfriar completamente.

PARA ARMAR:

- Coloca tus tortillas de harina en una mesa de trabajo. Distribuya uniformemente el relleno en la mitad delantera de las tortillas. Doblar la mitad superior y untar ambos lados con el aceite y saltear por ambos lados hasta que se doren y estén calientes en el medio.
- Cortar las quesadillas terminadas en cuatro trozos y cubrirlas con crema agria, aguacate y cilantro. Sirva con su salsa favorita.

