

Käse-Quesedillas



Zutaten:

- 1 Vollkorn-Wrap
- 40 g geriebener Käse
- 2 EL Paprika
- 1 TL Frischkäse (optional)



2 Portionen



7 Minuten



Zubereitung:

- 1) Paprika waschen und fein würfeln.
- 2) Wrap mit Paprika, Käse und optional Frischkäse belegen.
- 3) Wrap in der Mitte falten und für 1-1,5 Minuten in der Mikrowelle erhitzen, bis der Käse schmilzt.

Rezeptvariationen

Andere Füllungen bringen Abwechslung:
Mais, Bohnen, Tomaten, Zwiebeln