

Cranberry Quesadillas

- 1. Wash hands and surfaces.
- 2. Wash the top of the can(s), open, and drain out liquid.
- 3. To assemble the quesadillas, place one tortilla on workspace and add some turkey, cranberry, and cheese over one half of the quesadilla.
- 4. Fold over the other half of the tortilla and gently press down.
- 5. On a pan over medium-low heat, add olive oil.
- 6. Place assembled quesadillas to the hot oil and cook for 1-2 minutes on each side, or until golden brown.
- 7. Place cooked quesadillas on clean cutting board; let cool slightly and cut into 3 triangles.
- 8. Serve and enjoy!

Quesadillas de Arándanos

- 1. Lavarse las manos y las superficies.
- 2. Lave la parte superior de las lata(s), ábralas y drene el líquido.
- 3. Para armar las quesadillas, coloque una tortilla en el espacio de trabajo y agregue un poco de pavo, arándanos y queso sobre la mitad de la quesadilla.
- 4. Doble la otra mitad de la tortilla y presiona suavemente hacia abajo.
- 5. En una sartén a fuego medio-bajo, agregue aceite de oliva.
- 6. Coloque las quesadillas ensambladas en el aceite caliente y cocine durante 1-2 minutos por cada lado, o hasta que estén doradas.
- 7. Coloca las quesadillas cocidas en una tabla de cortar limpia; dejar enfriar un poco y cortar en 3 triángulos.
- 8. ¡Servir y disfrutar!



FIND US ONLINE!

Prepared by Rhode Island Community Food Bank's Healthy Habits, Eating Well on a Budget Program | June 2022. Contact: Flannery Sullivan, Community Nutrition Manager | (401) 230-1671| fsullivan@rfoodbank.org



Cranberry Quesadillas



Servings/ Porciones	6
Cost of Recipe/ Costo de Receta	\$7.82
Cost per Serving / Costo por Porción	\$1.30

healthy recipes



LOGO KEY/CLAVE DE LOGOTIPO:

This ingredient can be swapped for another form!
¡Este ingrediente se puede cambiar por otra forma!



Canned
Lata



Dried
Seco



Fresh
Fresco



Frozen
Congelado



Ingredients/Ingredientes:



6



1 (14 OZ) CAN
1 LATA DE 14 ONZA



2 TBSP
2 CDA



OR
O



1 1/2 CUPS
1 1/2 TAZAS

1 (10 OZ) CAN
1 LATA DE 10 ONZAS



3/4 CUP
3/4 TAZA

Tools Needed/Instrumentos:



TSP = teaspoon
TBSP= tablespoon



CDITA= cucharadita
CDA= cucharada

Directions/Direcciones:

