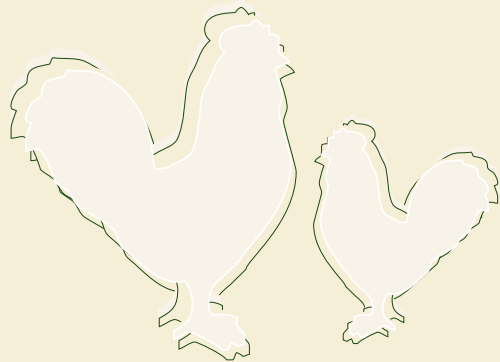


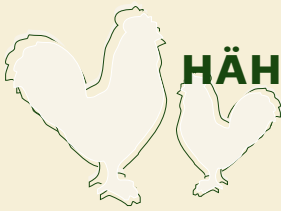


HÄHNCHEN-WRAPS

mit Guacamole und Salat



Landgeflügel



HÄHNCHEN-WRAPS

mit Guacamole und Salat

Zutaten für 4 Personen:

8	Tortilla-Wraps
1,2 kg	Hähnchen-Geschnetzeltes
2-3 EL	Öl
	Salz, Pfeffer, Currypulver
2	reife Avocados
1	Knoblauchzehe
	Saft von ½ Zitrone
	Paprikapulver
1	Salatkopf nach Wahl
½ Bund	Frühlingszwiebeln
4	Tomaten



Zubereitung:

Tortilla-Wraps in Alufolie wickeln und im Backofen bei 200°C 1-2 Minuten erwärmen.

Guacamole:

Avocados schälen, den Kern entfernen und in eine Schüssel geben. Knoblauchzehe in die Schüssel pressen. Mit dem Pürierstab pürieren und mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Geschnetzeltes darin anbraten, dabei mit Salz, Pfeffer und Currypulver würzen.

Salat waschen und kleinschneiden. Frühlingszwiebeln in Scheiben schneiden. Tomaten würfeln.

Tortilla-Wraps mit Guacamole bestreichen und in der Mitte mit Hähnchenstreifen, Salat, Zwiebeln und Tomaten belegen. Die Unterseite der Wraps einschlagen, dann die Seiten einrollen.