

MEIN GENUSS



Chicken Wrap mit Guacamole



It's a match!

Das Knoblauchsalz aus unserem Gewürz-Set Salze harmoniert perfekt mit diesem Rezept. Match made in heaven!







Zubereitung

- Hähnchenbrust waschen, mit Küchenkrepp trocken tupfen und in Streifen schneiden. In einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Paprika waschen und in Streifen schneiden. Zwiebel schälen und klein würfeln. Knoblauchzehe andrücken und zusammen mit der Zwiebel und der Paprika in die Pfanne geben. Mit **Knoblauchsalz** und Pfeffer würzen. Je nach Geschmack evtl. etwas Chilisauce hinzufügen. Tomaten waschen und vierteln. Gemüsezwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Salat waschen und in Streifen schneiden.
- Tortillas Zubereitung
 Mehl und Salz in einer Schüssel vermischen. Wassser und Öl
 hinzufügen und verkneten. Die Masse in Folie einschlagen und ca.
 2 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen. Teig vierteln und mit
 einem Nudelholz dünn ausrollen. In einer Pfanne ohne Öl beide
 Seiten gut eine Minute rausbacken.
- Dip Crème fraîche
 Crème fraîche mit geriebener Zitronenschale, **Knoblauchsalz** und
 Pfeffer abschmecken.
- Dip Guacamole
 Avocado halbieren, Kern entfernen, vierteln und mit einem
 Esslöffel aushöhlen. Das Fruchtfleisch in einer Schüssel mit einer
 Gabel zerdrücken, mit Zitronensaft, **Knoblauchsalz** und Pfeffer würzen.

Natürlich kannst du noch weitere Dips nach Belieben machen wie z.B Barbecue-Dip oder Senf-Dip.

Die Tortillas in einer Pfanne erwärmen. Guacamole darauf streichen, dann mit Tomaten, Gemüsezwiebeln und Salat belegen. Nun Fleisch und Gemüse darauf verteilen und mit etwas Crème fraîche verfeinern. Den Wrap unten einschlagen und seitlich einrollen.

Zutaten

Für die Füllung

400 g Hähnchenbrust

1 Knoblauchzehe

1 EL Öl

Knoblauchsalz und Pfeffer aus der Mühle

- 1 Paprikaschote, gelb
- 1 Zwiebel
- 8 Cocktailtomaten
- 2 Gemüsezwiebeln
- 0.5 Eisbergsalat

Für den Dip Crème Fraiche

6 EL Crème Fraiche etwas Zitronenabrieb eine Prise Knoblauchsalz und Pfeffer aus der Mühle

Für den Dip Guacamole

1 Avodaco, weich 1 EL Zitronensaft Chilisauce nach Belieben

Für die Tortillas

100 ml Wasser eine Prise Knoblauchsalz 2 EL Öl 280 g Mehl



Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt* auf deine nächste Bestellung.

*Mindestbestellwert 20 \in . Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 14.06.2026.