SALAT WRAP MIT SCHARFER THUN-VISCH FÜLLUNG

ZUTATEN

4 PORTIONEN

15 MIN

1 Glas Garden Gourmet Thun-Visch

8 Blätter Romana Salatherzen

150 g Möhren

1 Chilischote

100 g Doppelrahm-Frischkäse

2 EL Limettensaft

1 EL gehackte Petersilie

Etwas Salz

Etwas Pfeffer

Etwas getrocknete Chiliflocken

4 Tortilla-Fladen

Mit unserem Salat Wrap mit scharfer Thun-Visch Füllung zauberst du in Handumdrehen ein leckeres, leichtes und vegetarisches Gericht.

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG

1. Vorbereitung Zutaten

Salatblätter waschen und trocken schleudern. Möhren putzen, waschen, schälen und fein raspeln. Chilischote waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in kleine Würfel schneiden.

2. Vorbereitung Thun-Visch Füllung

Garden Gourmet Thun-Visch sehr fein auseinanderzupfen. Mit Möhren, Chili, Frischkäse, Limettensaft und gehackter Petersilie verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken abschmecken.

3. Wraps befüllen und servieren!

Je zwei Salatblätter auf einen Tortilla-Fladen legen, mit zwei EL Thun-Visch Creme füllen und fest zusammenrollen. Vor dem Servieren schräg halbieren.

4. Tipp

Tipp: Für eine vegane Variante den Doppelrahm-Frischkäse gegen veganen Frischkäse austauschen.
Für eine Low-Carb Variante ein Blatt vom Romana Salatherz mit 1 EL Thun-Visch Creme füllen und direkt verzehren.
Falls die Schärfe nicht ausreicht, kannst du zusätzlich ein wenig Cayennepfeffer oder Chili-Öl hinzufügen. Diese verstärken die Schärfe, ohne den Geschmack zu überdecken.

ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF GARDENGOURMET.DE