

ROHKOST-WRAPS MIT PUTENBRUST

Rezept von www.daskochbuch.eu



[das Kochbuch.eu](http://www.daskochbuch.eu)

Zutaten für 4 Portionen:

- 8 Tortilla Wraps
- 16 Scheiben geräucherte Putenbrust
- 4 Karotten / Möhren
- 8 große Salatblätter
- 1 Dose Maiskörner
- 400 g fettarmer Frischkäse
- 2 Stangen Staudensellerie
- 1/2 Bund Petersilie
- Salz
- Pfeffer

- 16 Zahnstocher

Zubereitung:

Karotten schälen und fein raspeln. Die Enden der Staudenselleriestangen abschneiden, waschen und in feine Scheiben schneiden. Petersilie fein hacken. Karotten, Petersilie, Staudensellerie und Maiskörner miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Tortilla Wraps in einer heißen beschichteten Pfanne von beiden Seiten einige Sekunden erhitzen (geht sehr schnell, man sollte die Wraps dabei nicht aus den Augen lassen) und sofort in nasse Geschirrtücher einschlagen damit sie biegsam bleiben. Die Wraps auf Teller legen, mit Frischkäse bestreichen, Salatblatt, Putenbrustscheiben und Gemüse darauf legen, einschlagen und mit Zahnstochern befestigen.