

Weizen-Wrap „Sehnsucht“

Zutaten für 4 Personen:

- 300 g Weizenmehl
- 1 Tl Salz, 1 Prise Muskat
- 2 Eier, Olivenöl
- 300 g Thunfisch in Wasser
- 1 kleiner Eisbergsalat
- 1 Becher saure Sahne
- 1 Glas Weckzeit-Chutney Möhre-Ingwer „Sehnsucht“

Für die Wraps das Mehl in eine Schüssel sieben. Salz und Muskat dazugeben. Die Eier mit ca. 450 ml kaltem Wasser verquirlen und mit einem Schneebesen von der Mitte her unter das Mehl rühren. Den Teig zugedeckt 30 min. ruhen lassen. Danach nochmals gut durchrühren. Eine große beschichtete Pfanne mit Olivenöl einpinseln und erhitzen. Eine Kelle Teig in die Pfanne gießen und durch Drehen der Pfanne gleichmäßig verteilen. Die Wraps backen, bis sie sich am Rand leicht bräunen, wenden, die andere Seite backen. Jeweils 1 Wrap auf den Tellern anrichten, etwas Thunfisch, Eisbergsalat, 1 El saure Sahne und 2 El Chutney darauf verteilen, die Wraps fest zusammen rollen (wie eine Tüte, einmal unten einschlagen).

Guten Appetit!