

# Wraps leicht gemacht

## Zutaten für 4 Portionen:

- 4 Weizentortilla (fertige Fladen)
- 4 Salatblätter
- 1 gelbe oder rote Paprika

## Für die Frischkäsefüllung:

- 4 EL Kräuterfrischkäse
- 1,5 EL saure Sahne
- ½ bis 1 TL Tomatenmark

## Arbeitsgeräte:

- Salatschleuder
- Schneidbrett und Kochmesser
- kleine Glasschüssel
- 2 Esslöffel, 2 Teelöffel,
- Schwingbesen
- 2 Teller und 1 Schälchen zum Anrichten

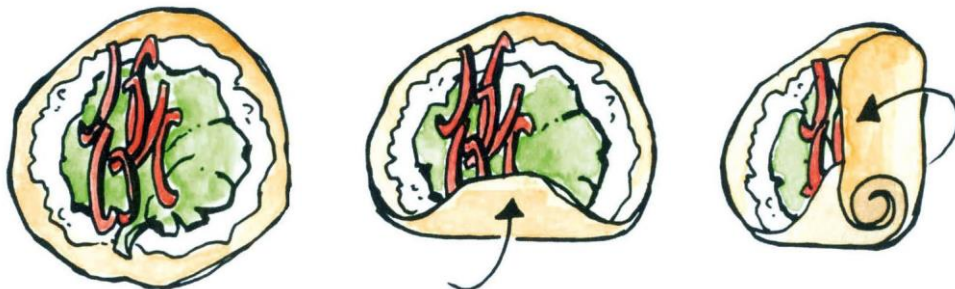
## Startklar?

1. Hast du den Hygiene-Check durchgeführt?
2. **Alles sauber?** Du kennst die Chefkochprobe und weisst daher wie man hygienisch probierst!



## Und so gehts:

- a) Den **Salat** vorbereiten. Die Blätter jedoch nicht klein zupfen, sondern im Ganzen auf einen Teller parat legen .
- b) Die **Peperoni** unter fließendem Wasser waschen und dann vorbereiten, in Streifen schneiden. Die Streifen in ein Schälchen legen.
- c) Den Frischkäse in eine kleine Schüssel geben. Die saure Sahne und das Tomatenmark dazugeben und mit einem Schneebesen gut umrühren.  
Mit der **Chefkochprobe** abschmecken.
- d) Wraps füllen.
- e) Für warme Wraps die gefüllten Tortillas in eine Backpapier wickeln und für 10 Min. in den auf 180°C vorgeheizten Ofen legen.
- f) **In der zwischenzeit den Tisch schön decken** .  
Die Wraps auf einen Teller legen.



**Guten Appetit!**

**Fertig?** Aufräumen gehört natürlich auch zum Job.

### Schnelle Varianten für mehr Auswahl:

Wraps mit Käsewürfeln, Mais oder Rucola belegen.

### Varianten für Gemüse Liebhaber:

Wraps mit gewürfelten Tomaten, klein geschnitten Frühlingszwiebeln, geriebenem Käse und frisch gehackten Kräutern verfeinern.