

# Gefüllte Wraps

Ausländische Küche » Mexikanische Küche

## Zutaten (6 Personen)

- » 1 EL Öl
- » 250g Hackfleisch
- » Salz & Pfeffer
- » Paprika-Pulver (edelsüß)
- » 100g Gouda
- » 1 Dose Mais
- » 3 Tomate(n)
- » 6 Salatblatt/ -blätter
- » 6 Fladen Tortilla(s)
- » 6 EL Salatmayonnaise
- » 3 EL Chilisoße

## Bewertung



### Beschaffung

guten Supermarkt



### Kosten

6-10€



### Zubereitungszeit

31-60min

## Zubereitung

1. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und das Hackfleisch darin krümelig braten. Mit Salz, Paprikapulver und Pfeffer würzen und etwas abkühlen lassen.

2. Gouda grob raspeln. Mais abtropfen lassen. Tomaten waschen, putzen, entkernen und in Streifen schneiden. Salatblätter waschen und trockentupfen. Tortilla-Fladen nach Packungsanweisung aufwärmen, mit je einem Klecks Mayonnaise bestreichen und pfeffern.

3. Mit Salatblättern, Hackfleisch, Chilisoße, Tomaten, Mais und Käse belegen und aufrollen. Fürs Picknick die Wraps zunächst rundherum in eine Papierserviette, dann straff in Alufolie wickeln.

Nährwerte: 433kcal/E18g/F25g/KH32g pro Portion

angelegt am: 02.07.2006

Rezept-Nr: 2101

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke