

WRAPS

★★★★★ 5 bei 44 Bewertungen

Backen
mit
Christina



Zubereitung

- 1 Die angegebenen Zutaten zu einem Teig verkneten und in einer verschlossenen Schüssel ca. 30 Minuten rasten lassen. Danach den Teig in 8 gleich große Teile aufteilen und dünn und rund ausrollen. In einer heißen Pfanne mit wenig Öl kurz backen.
- 2 Wichtig: Damit die fertigen Wraps weich bleiben und nicht austrocknen, unbedingt zwischen leicht angefeuchtete Geschirrtücher legen oder gut mit Wasser besprühen.
- 3 Für den Belag die Wraps je nach Wunsch belegen, z. B. mit Frischkäse bestreichen und Salat, Schinken und klein geschnittenes Gemüse darauf verteilen – hier sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Zum Schluss kann die Fülle noch mit Käse verfeinert werden. Nach dem Befüllen den Wrap einrollen.



Zutaten

8 STÜCK

TEIG

370 g	Weizenmehl 700
170 g	lauwarmes Wasser
60 g	Öl
5 g	Backpulver
5 g	Salz

ZUM BACKEN

etwas Öl

FÜLLUNG

Frischkäse
Schinkenscheiben
Käsescheiben od.
Mozzarella
Vogelersalat
Paprikastücke
Tomatenscheiben