

Bayernland



Frühlingsrezept

MIT DEM MOZZARELLA WRAP

2 PERSONEN



CA. 15 MIN.-ZUBEREITUNGSZEIT



ZUTATEN

ZUBEREITUNG

2 Bayernland Mozzarella Wraps

200 g Hühnerbrust

150 g Gemüse (Zucchini,
Aubergine, Zwiebel, Paprika)

25 g Rucola

40 g Salat

30 g Tomaten

35 g Griechischer Joghurt 10%

2 g Zitronensaft

10 g Olivenöl

Bayernland Goldbutter zum Anbraten

Salz & Pfeffer

1. Gemüse waschen, kleinschneiden und beiseitestellen.

2. Tomaten waschen und in Scheiben schneiden.

3. Hühnerbrust ebenfalls waschen, abtupfen und klein schneiden.

4. Anschließend in einer Pfanne mit etwas Butter anbraten. Nach ca. 3 Minuten das Gemüse dazu geben und weiter anbraten.

5. Währenddessen für das Dressing den Joghurt, Zitronensaft und Olivenöl in einer Schüssel vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Dann die Mozzarella Wraps aus der Verpackung nehmen, abtropfen lassen und die Hühnchen-Gemüse-Mischung auf die Wraps verteilen.

7. Die Tomaten und den Salat darauf geben und mit dem Dressing beträufeln.

8. Nun die Wraps zusammenrollen und entweder als Wrap genießen oder in Scheiben als Fingerfood aufschneiden. Guten Appetit!

DAS REZEPT ENTSTAND IN
FREUNDLICHER ZUSAMMENARBEIT MIT
WWW.LOWCARBERNIA-BLOG.DE



/bayernlandeg



/bayernland_eg

www.bayernland.de



Mehr Rezepte unter:

www.youtube.com/BayernlandTV