



## WRAPS

<p><u>Vorbereiten</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 Tomaten</li> <li>• 1 Paprika gelb</li> <li>• 1 Paprika rot</li> <li>• 1 Eisbergsalat</li> <li>• glatte Petersilie</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Packung Schafskäse</li> <li>• 200 gr. Hähnchenbrust gebraten</li> <li>• 2 Dosen Bio-Mais</li> </ul>	<p>Alles waschen, Strunk und Kerne entfernen und in Stücke schneiden. Den Salat und die Petersilie in Streifen schneiden.</p>  <p>in Würfel schneiden. in Streifen schneiden. in einem Sieb abtropfen lassen.</p>
<p><u>Cocktailsoße</u> 500 gr. Joghurt 4 Esslöffel (Kinder)ketchup 1 halben Teelöffel Olivenöl Salz</p>	<p>In einer Schüssel verrühren.</p>
<p>10 Wraps</p> <p>Anschließend nach Geschmack belegen und mit der Soße beträufeln.</p>	<p>in der Mikrowelle kurz erwärmen oder in der Pfanne.</p> 
<p>Erst nach oben klappen, dann von links nach rechts und von rechts nach links. So fällt unten nichts raus.</p> 	