

Hähnchen Wraps

Wraps werden immer beliebter. Dieses raffinierte Rezept holt das Urlaubs-Feeling nach Hause.

etwa 12 Stück



gelingt leicht

bis 40 Minuten



Zutaten:

Füllung:

250 g Hähnchenbrustfilet
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
200 g Zucchini
etwa 2 Knoblauchzehen
etwa 3 EL Olivenöl
3 EL rotes Pesto
6 Radieschen
125 g Dr. Oetker Crème légère
Gartenkräuter
6 Scheiben roher Schinken und/oder
Räucherkäse
1 Kästchen Kresse
Basilikumblätter

Pfannkuchen:

1 Pck. Dr. Oetker Süße Mahlzeit
Pfannkuchen
400 ml Milch
2 EL rotes Pesto
Margarine oder Butterschmalz

Wie bereite ich Hähnchen Wraps zu?:

1 Füllung zubereiten:

Hähnchenbrust unter fließendem kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und in feine Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zucchini waschen, trocken tupfen, die Enden abschneiden und längs in 6 dünne Scheiben schneiden. Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden.

2 Hähnchenfilet zubereiten:

1-2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin unter mehrmaligem Wenden anbraten. Fleisch in eine Schüssel geben, mit dem Pesto vermischen und erkalten lassen.

3 Zucchini- und Radieschenstreifen zubereiten:

Zucchini- und Radieschenstreifen im übrigen erhitzten Öl von beiden Seiten mit dem Knoblauch anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf einem Teller erkalten lassen.



④ **Pfannkuchen zubereiten:**

Die Pfannkuchen nach Packungsanleitung, aber nur mit Milch, zubereiten, zusätzlich das Pesto unterrühren und 6 Pfannkuchen backen. Diese erkalten lassen. Dann die Pfannkuchen gleichmäßig mit Crème légère bestreichen. Auf jeden Pfannkuchen eine Zucchinischeibe, darauf einige Fleischscheiben, Radieschen, Kresse, je 1 Scheibe Schinken und/oder Käse und Basilikum auflegen. Die Pfannkuchen eng einrollen. In Backpapier oder Butterbrotpapier wickeln und die Enden gut verschließen. Die Rollen schräg halbieren. Hähnchen Wraps servieren.

