

Vollkorn-Wrap mit Poulet und Aji verde

Rezept für 4 Personen



Zubereitung

Zutaten Vollkorn-Wrap mit Poulet und Aji verde

- 4 grosse Vollkorn-Wraps
- 120g Eisbergsalat
- 200g Pouletinnenfilets
- 1 Portion Aji Verde Sauce (Rezept hier)
- 120g Gurken
- Einige Zweige Koriander
- Kresse

Zubereitung Vollkorn-Wrap mit Poulet und Aji verde

Den Eisbergsalat waschen und in feine Streifen schneiden. Die Pouletfilets mit Salz und Pfeffer würzen und anbraten bis sie gar sind. Die Gurken in feine Streifen schneiden. Die Wraps bei ca. 100 Grad Umluft im Ofen 2-3 Minuten warm werden lassen. Den Koriander grob schneiden. Das Poulet in Streifen schneiden. Die Wraps aus dem Ofen nehmen und mit dem Aji verde bestreichen, den Salat, die Gurken, Koriander, Kresse und das Poulet darauf verteilen. Den Wrap aufrollen.