

Wrap mit Eismeergarnelensalat und Speck

Zutaten für 4 Personen

200 g Eismeergarnelenfleisch

100 g Spitzkohlkohl

2 EL Sauerrahm

50g geräucherter,

durchwachsener Speck

1 Würfel

1 Prise Salz

1 Prise schwarzer Pfeffer

1 Bd. Rucola

8 Wraps 18cm

Zubereitung

1. Den Sauerrahm in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermischen. Den Spitzkohl putzen, waschen und in feine Streifen schneiden.
2. Die Speckwürfel in einer Pfanne kross braten. Anschließend zum Sauerrahm in die Schüssel geben.
3. Eismeergarnelen abgießen und hinzufügen. Alle zusammen durchheben. Anschließend noch nach Geschmack mit Salz und schwarzem Pfeffer abschmecken. Rucola waschen und trocken schleudern.
4. Die Wraps auf der Arbeitsfläche verteilen, den Garnelensalat und den Rucola auf die Wraps aufteilen, beide gegenüber liegende vSeiten umklappen und von einer offenen Seite aufrollen.

Guten Appetit!