



# HÄHNCHEN-WRAP

FÜR 4 PERSONEN

## ZUTATEN

400 g	halbes Hähnchenfilet	2	Frühlingszwiebeln
1	Knoblauchzehe	1/2	Eisbergsalat
1	gelbe Paprikaschote	6 EL	Crème fraîche
1	rote Zwiebel		fein abgeriebene Limettenschale
1 EL	Öl	1	reife Avocado
	Salz, Pfeffer	4	Weizentortillas
	Tabasco	1 EL	Zitronensaft
4	kleine Tomaten		



Hähnchenfilet in ca. 1,5 cm breite Streifen schneiden. 1 Knoblauchzehe fein hacken. Paprika putzen und in Streifen schneiden. Zwiebel in Ringe schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Fleisch darin anbraten. Knoblauch, Zwiebel und Paprika zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Tabasco würzen.

Tomaten würfeln. Frühlingszwiebel in Ringe schneiden. Salat in grobe Streifen schneiden. Crème fraîche mit Limettenschale, Salz und Pfeffer verrühren. Avocado halbieren. Kern entfernen, Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale heben. In einer Schüssel das Avocado-Fruchtfleisch mit einer Gabel zerdrücken und mit Zitronensaft, gehacktem Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen.

Tortillas nach Packungsanweisung erwärmen, je mit Guacamole bestreichen.

Tomate, Frühlingszwiebel, Salat, Fleischmischung und Crème fraîche darauf verteilen. Tortillas einschlagen und seitlich aufrollen. Mit restlicher Guacamole und Crème fraîche servieren.

