



## Mexikanische Puten-Wraps

mit Limetten-Chili-Mayo und Rotkraut



30-40min



2 Personen

Auf nach Mittelamerika! Mexiko hat eine der größten Street Food-Kulturen weltweit und wir sind große Fans der mexikanischen Tacos (weiche, gefüllte Maisfladen)! Unsere Interpretation des Leckerbissens gibt es in Weizenfladen mit einer fruchtigen Limetten-Chili-Mayo, zarten Putenstreifen und knackigem Rotkraut. Buen Provecho!



## Was du von uns bekommst

- Backpulver
- Limette
- Tortillas <sup>1</sup>
- Mayonnaise Spak <sup>3,10</sup>
- Rotkraut
- frische Petersilie
- Putenbrust
- Joghurt <sup>7</sup>
- Thaichili

## Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl <sup>1</sup>
- Zucker

## Küchenutensilien

- Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher
- Kochtopf
- Schneebesen

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Senf (10).  
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Energie 935kcal, Fett 46.0g,  
Kohlenhydrate 78.9g, Eiweiß 45.3g



### 1. Kraut vorbereiten

**Rotkraut** vom Strunk befreien und mit einem großen Messer in möglichst dünne Streifen schneiden. **Petersilie** ohne Stiele grob hacken. Nun das **Kraut** in einer großen Schüssel mit 1TL Zucker, 3EL hellem Essig, 1/2TL Salz und etwas Pfeffer kräftig durchkneten, bis zum Servieren ziehen lassen.



### 4. Fleisch in Teig tunken

Die **Putenstreifen** in den Teig eintauchen, sodass sie von allen Seiten gut damit bedeckt sind. In der Zwischenzeit einen mittleren Topf ca. 2cm hoch mit Pflanzenöl füllen und auf mittlere Stufe erhitzen. Das Öl ist heiß genug, wenn man einen Holzlöffel eintaucht und sich kleine Bläschen daran bilden.



### 2. Mayonnaise rühren

**Limettenschale** abreiben, dann eine **halbe Limette** auspressen, die andere **Hälfte** in Spalten schneiden. Die **Chili** fein hacken. Einen **halben Becher Joghurt** mit der **Mayonnaise**, **Limettenschale** und **Limettensaft** verrühren. Nach gewünschtem Schärfegrad gehackte **Chili** dazugeben und kräftig mit Salz abschmecken.



### 5. Fleisch braten

Sobald das Öl heiß genug ist, nacheinander 2-3 **Putenstreifen** ins Öl tauchen und von allen Seiten 5-8Min. goldbraun und knusprig braten. Die fertigen **Streifen** auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.



### 3. Fleisch vorbereiten

100g Mehl und 150ml Wasser mit 1TL **Backpulver** zu einem glatten Teig rühren, am besten geht das mit einem Schneebesen, es sollten keine Klümpchen vorhanden sein. Teig mit Salz und Pfeffer würzen. **Fleisch** in ca. 1-2cm dicke Streifen schneiden.



### 6. Wraps befüllen

Inzwischen eine große Pfanne auf hohe Stufe erhitzen und **4 Wraps** nacheinander ca. 30Sek. in der Pfanne aufwärmen. **Wraps** mittig erst mit dem **Krautsalat**, dann mit den **Putenstreifen** befüllen und die **Joghurt-Mayonnaise** drüber tröpfeln, nach Geschmack **Petersilie** darüber streuen. Dann **Wraps** zusammenrollen, nach Geschmack die **Limettenspalten** darüber auspressen.