



Tortilla

Ähnlich einem Dürüm vom Türken.

Anstelle dieser Sosse kann man natürlich auch eine Knoblauch-Sosse machen oder ähnliches.

Zutaten

Menge	Zutat
Vorbereitung	
2 Stk	Tomaten
1 Stk	Zwiebel
3 Blatt	Salat grün
200 g	Gurke
Sosse	
3 Stk	Knoblauchzehen
250 ml	Skyr (0.2% Fett, Natur)
50 g	Gurke
	Salz
	Pfeffer
Fleisch	
400 g	Hühner Schnitzel
4 TL	Olivenöl
Tortilla	
4 Stk	Tortillas

Zubereitung

Personen : 2

Erledigt	Zutaten	Beschreibung
Vorbereitung		
<input type="checkbox"/>	1.	2 Stk Tomaten und 1 Stk Zwiebel und 200 g Gurke und 3 Blatt Salat grün in dünne Scheiben schneiden.



Erledigt	Zutaten	Beschreibung
----------	---------	--------------

Sosse

<input type="checkbox"/>	2.	3 Stk Knoblauchzehen schälen und fein hacken und in einer Schüssel mit 250 Becher Skyr (0.2% Fett vermischen. Dazu nun Natur) fein raspeln und dazugeben. Das Ganze nun mit 50 g Gurke und 1 Prise Salz abschmecken.
--------------------------	----	--

Fleisch

<input type="checkbox"/>	3.	400 g Hühner Schnitzel klein schneiden und in einer Pfanne mit 4 TL Olivenöl anbraten.
--------------------------	----	--

Tortilla

<input type="checkbox"/>	4.	4 Stk Tortillas einzeln in einer Pfanne heiß machen. Rund 1/4 von den abgebratenen Hühnerschnitzel darauf geben und dazu die einzelnen Zutaten an Salaten darauf geben. Darüber dann entsprechend der Menge die Sosse. Das ganze dann zusammenrollen und servieren. Entweder mit Messer und Gabel essen oder einfach mit der Hand nehmen und abbeißen.
--------------------------	----	--

Hauptspeisen

Light

Alkohol

Besuch

• **Schwierigkeit**

Leicht

• **Zeitkategorie**

Mittel

• **Nährwert**

• **Punkte**

16

• **Bewertung**

Keine Bewertung

• **Zeit**

30 Minuten

• **Preiskategorie**

Günstig