Tálalás: **6 főre**

Előkészítés: **10 perc**

Elkészítés: **20 perc**

Kohári Éva

AVOKÁDÓS, TOJÁSKRÉMES WRAP GLUTÉNMENTESEN

A wrap vagy tortilla az aztékok fontos alapétele volt. Eredetileg egy vastag lepény, amit kukoricalisztből készítettek. Manapság már egy palacsintaszerű, jól tekerhető lepényt jelent, ami rengeteg étel, street food alapja. A tökéletes tortillalap felhasználásának csak a képzeletünk szab határt. Ez a tojáskrémes, avokádós verzió jól csomagolható, igen laktató, így vihetjük magunkkal kirándulásra, strandra, de beletehetjük a gyerekek uzsonnásdobozába is. Ebből a tésztamennyiségből 6 db wrapot, tortillát süthetünk.

HOZZÁVALÓK A WRAPHOZ

320 g It's us miklos universal mix liszt
10 g só
5 g szárított élesztő
20 g Auchan étolaj
200 g langyos víz
igény szerint nyújtáshoz rizsliszt

HOZZÁVALÓK A TOJÁSKRÉMHEZ

6 db „M-es" méretű Auchan tojás
2 evőkanál Auchan tejföl
2 evőkanál Auchan mascarpone
ízlés szerint só
1 nagy csipet frissen őrölt feketebors
1 teáskanál frissen facsart citrom leve
1 db lilahagyma
1 csokor snidling
2 evőkanál Auchan majonéz

HOZZÁVALÓK A TÁLALÁSHOZ

2 db érett avokádó
ízlés szerint Ízlés szerint saláta

ALLERGÉNEK

1. A wraphoz a lisztet, a sót és a szárított élesztőt keverjük össze egy keverőtálban, majd adjuk hozzá az olajat és a vizet. Gyúrjunk egynemű, rugalmas tésztát, osszuk 6 egyenlő részre és pihentessük 15-20 percet.

2. Rizsliszttel megszórt felületen nyújtsuk a tésztákat 1 mm vastag, kör alakúra. Forró, száraz serpenyőben süssük a lapok mindkét oldalát kb. 1 percet.

3. A kész, forró lapokat csavarjuk konyharuhával hengerré, így könnyen meg tudjuk majd tölteni.

4. A tojáskrémhez a tojásokat főzzük keményre forrástól számított 10 percig, majd pucoljuk meg. A megfőtt tojásokat vágjuk félbe, a sárgájukat turmixoljuk krémesre a majonézzel, mustárral, tejföllel és a mascarponéval. A hagymát, a tojások fehérjét vágjuk apró kockákra és aprítsuk fel a snidlinget is. Keverjük a sárga masszához és fűszerezzük ízlés szerint.

5. A wrap lapokra tegyünk 1-1 salátalevelet, kenjük meg tojáskrémmel, a tetejére helyezzünk vékony csíkokra vágott avokádót és tekerjük fel.

Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!

Auchan