Rezept

Tofu-Wrap mit Ajvar

Ein Rezept von Tofu-Wrap mit Ajvar, am 29.04.2024

Zutaten

100 g	Doppelrahm-Frischkäse
2	Weizen-Tortillas (1 cm Ø)
100 g	Räuchertofu (Reformhaus)
1 EL	Ajvar (Paprikamus im Glas; nach Belieben scharf oder mild)
2 Handvoll	Rucola
1	Bio-Minigurke

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal

Zubereitung

1. Den Frischkäse mit dem Ajvar verrühren. Auf die Tortillas streichen, rundherum 1 cm Rand frei lassen.

2. Den Rucola waschen, verlesen und trocken schütteln. Die groben Stiele abknipsen. Den Tofu in dünne Scheiben schneiden. Die Gurke waschen, abtrocknen und in feine Streifen schneiden.

3. Die Tortillas mit dem Tofu und den Gurken belegen, dann den Rucola darauf verteilen. Die Fladen fest zu Wraps aufrollen, schräg halbieren und die unteren Enden in Pergamentpapier wickeln.