

Rezept

Wraps mit Pestogarnelen

Ein Rezept von Wraps mit Pestogarnelen, am 31.05.2023

Zutaten

100 g Frischkäse	abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
1 TL Zitronensaft	Salz
Pfeffer	200 g Salatgurke
8 Salatblätter (z. B. Lollo bianco)	300 g küchenfertige Riesengarnelen (geschält; ohne Kopf und Schwanz)
1 EL Öl	2 EL grünes Pesto (Glas)
4 Tortilla-Wraps (Fertigprodukt)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 280 kcal

Zubereitung

1. Den Frischkäse mit Zitronenschale, Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Die Gurke schälen, der Länge nach vierteln, entkernen und in ca. 10 cm lange Stifte schneiden. Die Salatblätter putzen, waschen und trocken schütteln.
2. Die Garnelen waschen und trocken tupfen. Das Öl erhitzen und die Garnelen darin ca. 2 Min. unter Wenden braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Vom Herd nehmen, kurz abkühlen lassen und mit dem Pesto vermengen.
3. Die Tortilla-Wraps mit dem Zitronenfrischkäse bestreichen. Mit Salatblättern und Gurkenstiften belegen, salzen und pfeffern. Die Garnelen darauf verteilen und die Wraps fest aufrollen. Zum Anrichten die Wraps schräg halbieren oder ganz lassen und in eine Serviette wickeln.