

Wrap mit frischer Salsa

4 Portionen

und gebratenem Rinder-Tatar

Tortillas

125 g	Mehl (550)
250 ml	Milch (1,5%)
2	Eier (M)
	Salz, Öl zum Braten

Salsa

4	reife Tomaten
½	rote Zwiebel
1-2 El	Olivenöl
	Knoblauch, frischer Koriander, Zitronensaft, Ajvar, Salz, frisch gemahlener Pfeffer

Füllung

250 g	Kidneybohnen und Mais
1-2	Frühlingszwiebeln
1-2	Paprikaschoten
¼ - ½	Kopfsalat
400 g	Rumpsteak (ohne Silberhaut)
200 g	saure Sahne

© GCapture/iStock

Zubereitung

Für Tortillas alle Zutaten vermengen, ca. 15 Min. stehen lassen und anschließend mit etwas Öl in einer Pfanne 4 dünne Tortillas ausbacken. Alternativ können auch gekaufte verwendet werden.

Für Salsa die Tomaten entkernen, mit den restlichen Zutaten fein würfeln und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gemüse und Salat für die Füllung klein schneiden. Das Rumpsteak fein würfeln, mit Salz und Pfeffer würzen und in etwas Öl in einer Pfanne ringsherum durchbraten.

Das geschnittene Gemüse sowie die Salsa, saure Sahne und das gebratene Rinder-Tatar auf die 4 Tortillas verteilen, einrollen und genießen.

Tipp

Hackfleisch immer durchgaren und sowohl verwendete Küchenutensilien als auch Hände nach Kontakt gründlich reinigen (Infektionsgefahr).