

Wrap mit Hummus und gegrilltem Gemüse

30–35 Min

Zutaten für 4 Portionen

= Kotányi Produkte

1 Stk.	Zucchini
1 Stk.	Melanzani
1 Stk.	Rote Paprika
2 EL	Öl
4 Stk.	Tortillas
200 g	Hummus
0.5 Stk.	Limette (den Saft davon)
1 TL	Paprika geräuchert
1 Prise	Meersalz jodiert grob
0.5 TL	Knoblauch granuliert
0.5 TL	Zwiebel granuliert
1 Prise	Oregano gerebelt

Zubereitung

1. Zuerst das Gemüse waschen. Melanzani und Zucchini in 5 mm dicke Scheiben und die Paprika in 1 cm breite Streifen schneiden. Danach das Gemüse in eine Schüssel geben, Öl und Kotányi-Gewürze hinzufügen und gut vermischen. 15 Minuten marinieren lassen.
2. Im nächsten Schritt die Grillpfanne erhitzen, das Gemüse einlegen und drei bis vier Minuten auf jeder Seite braten. Dann auf einem Tablett herausnehmen und eine Weile abkühlen lassen.
3. Nun die Tortillas bei schwacher Hitze für etwa eine Minute auf jeder Seite erhitzen. Die Tortilla nehmen, mit Hummus bestreichen und ein Viertel des Gemüses darauf verteilen. Zum Schluss etwas Limettensaft dazugeben und mit den restlichen Tortillas wiederholen. Falls gewünscht, die Tortilla falten oder als Wrap zusammenrollen.