

## Wrap it up!

Ihr erinnert euch an die [Guacamole](#) von gestern? Heute hat sie ihren großen Auftritt! Sie darf eine führende Rolle in diesen Wraps übernehmen. Zusammen mit Paprika, Hühnchen, Zwiebeln, Salat, Koriander, Käse und Sour Cream füllt sie leckere mexikanische Tortillas.

Die Kinder finden es super, die Wraps selbst zu befüllen, zu rollen und natürlich anschließend mit den Händen zu essen!

Und das Schönste an diesem Gericht ist, dass es jeder genau so essen, kann wie er es am liebsten mag. Vegetarier? Fleisch weg! Veganer? Nur Gemüse rein! ÄÄhh Koriander? Dann halt ohne! Damit sollte es also keine Klagen an Muttis Tisch geben!!

### Zutaten

---

- 5 - Tortillas
- 4 EL - Öl
- 1 - gelbe Paprika
- 1 - rote Paprika
- 1 - Zwiebel
- 1 - Hühnerbrust
- 2 Handvoll - Pflücksalat
- 1 Bund - Koriander
- 3 EL - Sour Cream
- 50 gr - geriebener Käse
- 1 Portion - Guacamole
- 12 TL - Paprikapulver
- 12 - Zitrone
- - Salz & Pfeffer

### Zubereitung:

---

1. Die Paprika waschen und in Streifen schneiden. Das Hühnchen ebenfalls in Scheiben schneiden.
2. Die Zwiebel schälen, halbieren und in Scheiben schneiden.
3. EL Öl in eine große Pfanne geben und die Zwiebeln dazugeben. Für ca. 2 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.
4. Nun das Hühnchen in die Pfanne geben und für ca 4-5 Minuten braten. Mit dem Paprikapulver würzen. Ebenfalls aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.
5. Wieder 2 EL Öl in die Pfanne geben und die Paprika hinzugeben. Für ca. 7 Minuten braten,

anschließend salzen und pfeffern.

6. Die Tortillas in einer sauberen Pfanne, ohne Öl, bei mittlerer Hitze 1-2 Minuten von jeder Seite aufwärmen. Die Tortillas dürfen dabei nicht hart werden!
7. Nun die Tortillas nach Belieben mit Salat, Guacamole, Paprika, Zwiebeln, Hühnchenfleisch, Koriander, Käse und Sour Cream in der Mitte belegen. Ein paar Spritzer Zitronensaft übergeben.
8. Um die Tortilla zu rollen, werden zunächst 2 gegenüberliegende Seiten eingeklappt. Anschließend die Tortilla rollen und in der Mitte durchschneiden.

Viel Spaß & Guten Appetit,  
Eure Julia