

**Hell's Kitchen**



**Kochen mit KIDS**

## Hells Kitchen Mexicanische Wraps

(to wrap = wickeln, einhüllen)

Zutaten 1 Station ( 2 Kinder)

Wraps:

200 G Mehl

(Weizenmehl)

$\frac{1}{2}$  TL Salz

2 EL Butterschmalz,  
(weich)

5 EL Wasser

Füllung:

1 Paprikaschote(n), rot

1 Tomate(n)

1 Möhre(n)

1 kl. Maisdose

1 Dose Kidneybohnen

1 Zwiebel(n)

250 ml Tomate(n), passiert

200 g Hähnchen - Fleisch

1 TL Pflanzenöl

50 g saure Sahne

1 Prise Salz und Pfeffer

Chilipulver und

Paprikapulver

Gemüsebrühe (Instant)

## Zubereitung:

### Wraps:

Die Zutaten zu einem Teig verarbeiten und abgedeckt etwa eine halbe Stunde ruhen lassen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu möglichst dünnen Fladen von etwa 20 cm Durchmesser ausrollen. Eine Pfanne ohne Fett erhitzen und die Fladen je Seite 1-2 Minuten bei mittlerer Hitze hellbraun backen. Wenn sie sich aufblähen mit einem Geschirrtuch flach drücken. Die fertigen Fladen in ein feuchtes Geschirrtuch schlagen, damit sie formbar werden, kurz vor dem Belegen im Ofen bei wenig Temperatur (100 Grad) aufwärmen.

### Füllung:

Das Gemüse und das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebeln mit 1 TL Öl in einer Pfanne anbraten. Nach 3 Minuten das Fleisch hinzufügen. Nach weiteren 5 Minuten das restliche Gemüse hinzufügen und alles anbraten. Nach 10 Minuten die passierten Tomaten zu dem Gemüse gießen und umrühren. Die Gewürze hinzufügen und alles noch ca. 5 Minuten kochen lassen. Die warmen Wraps auf einen Teller legen und die Füllung in der Mitte verteilen. Die saure Sahne gleichmäßig mit einem Löffel verteilen und den Wrap rollen und servieren.

TIP: Den Wrap nur in der Mitte füllen und unten am Rand ein paar cm ungefüllt lassen. Dann den unteren Teil straff einklappen (also den unteren Rand nach oben) und dann die beiden Seiten straff nach innen einklappen - dann ist er wie eine Tasche.

Guten Appetit.