



Foto: Shutterstock/Jill Chen

Für 4 Personen

### Wraps mit Hühnchenstreifen und Salat

- 250 g Hühnchenbrustfilet
- ½ Kopf Eisbergsalat
- ½ rote Paprika
- ½ gelbe Paprika
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 1 Paket Wraps (ca. 280 g, 4 Stück)
- 8 EL **hegers deli**

Fleisch kalt abspülen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. In heißem Öl rundherum scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Paprika putzen, abspülen und in Streifen schneiden. Salat abspülen, trocken schleudern und in feine Streifen schneiden. Wrap-Fladen nacheinander in einer Pfanne ohne Fett von beiden Seiten ganz kurz anbraten. Mit Fleisch, Salat und Paprika belegen und mit **hegers deli** beträufeln. Den unteren Teil des Fladens umstülpen, dann beide Seiten über der Füllung zusammenklappen und zu einer „Tüte“ drehen. Zum Essen das untere Ende in eine Serviette wickeln.

[info@hegers-deli.de](mailto:info@hegers-deli.de)