



# BBQ-Curry-Mango-Chicken-Wrap

## Zutaten für eine Person:

100 g Hähnchenbrust  
BBQ Kraut „Sweet Golden“  
Curry Mango by Mildessa  
1 Weizentortilla  
Rote Paprika  
Eisbergsalat nach Geschmack  
Crème fraîche nach  
Geschmack

## Empfohlene Produkte:



### Schritt 1: Der Anfang

Bereiten Sie Ihren Grill auf mittlere, indirekte Hitze vor. Zu Beginn waschen Sie die Hühnerbrust gründlich, tupfen sie ab und schneiden sie in Streifen. Die Paprika putzen und schneiden Sie in kleine Würfel. Je nach Geschmack schneiden Sie auch den Eisbergsalat in Streifen oder Karos.

### Schritt 2: Die Hühnerbrust anbraten

Die Hühnerbrust braten Sie kurz in etwas Olivenöl an. In Streifen geschnitten reichen schon 2–3 Minuten aus. Die Hühnerstreifen nehmen Sie dann aus der (Grill-)Pfanne, erst jetzt sollte ein wenig Salz und Pfeffer hinzukommen. Vorsicht: Geflügel wird schnell trocken, sollte aber innen nicht mehr rosa sein.

### Schritt 3: Den Wrap füllen

Streichen Sie eine Weizentortilla mit Crème fraîche ein. Darauf legen Sie Eisbergsalat, BBQ Kraut „Sweet Golden“ Curry Mango by Mildessa, die Hähnchenstreifen und die Paprikawürfel.



#### **Schritt 4: Den Wrap falten**

Bevor Sie den Wrap fachgerecht zusammenklappen, können Sie ihn mit ein wenig frisch geschnittenem Schnittlauch bestreuen. Den Wrap falten Sie folgendermaßen: Erst die (spätere) „Unterseite“ hochklappen. Dann eine „lange“ Seite darüber falten und die andere Seite entsprechend eng auffalten. So entsteht ein „unten“ geschlossener, „oben“ offener und an den Seiten stabiler Wrap. Wenn Sie einen Wrap wollen, der komplett geschlossen ist, gehen Sie so vor: Erst eine „lange Seite“ komplett über die Füllung klappen, dann die kurzen Seiten aufklappen. Jetzt von der bereits geklappten „langen Seite“ den Wrap aufrollen.

#### **Schritt 5: Der letzte Schliff**

Der fast fertige Wrap kommt jetzt für 5 Minuten in die indirekte Hitze des Grills. Sollte Ihr Grill einen Deckel haben, schließen Sie diesen für eine gleichmäßige Hitze. Legen Sie den Wrap am besten auf die „Falt-Naht“, damit er stabil bleibt.