



Lachs-Wraps

ZUTATEN

Fülle:

- 150 g Graved Lachs
- ½ Avocado, in Streifen geschnitten
- 20 g Rucola
- 25 g Junglauch, fein geschnitten
- 3 Kirschtomaten, grob gehackt
- Tortilla-Wraps

Guacamole:

- 2 reife Avocados
- 2 Tomaten, geschält und entkernt
- 2 EL Naturjoghurt
- ½ Zehe Knoblauch
- 1 EL Koriander, fein gehackt
- Salz
- Tabasco
- Zitronensaft

 **2 Portionen**

 **30 Minuten**

 **leicht**

ZUBEREITUNG

- 1** Für die Guacamole die Avocados schälen, fein mixen oder mit einer Gabel zerdrücken und mit den gehackten Tomaten sowie dem Joghurt vermengen. Mit gepresstem Knoblauch, Salz, Tabasco und Koriander würzen und mit etwas Zitronensaft abschmecken.
- 2** Wraps aus der Packung nehmen und mit der Guacamole bestreichen. Mit Lachsscheiben, Avocadostreifen, Tomaten, Junglauch und Rucola belegen.
- 3** Die Wraps einrollen: Zuerst die Seiten einschlagen und anschließend von unten nach oben zu einer kompakten Rolle formen. Die restliche Knoblauchsauce und Guacamole als Dip servieren.

Im Handumdrehen fertig!

Tipp: Die fertigen Wraps fünf Minuten im Tischgriller oder Toaster aufknuspern.