

Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu
Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17
E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Bunte Wrap-Röllchen mit Pesto-Frischkäse

- 4 Tortillas
- 200 g Frischkäse
- 20 g GEFRO Pesto Rosso
- 10 ml lauwarmes Wasser
- BIO Olivenöl Nativ Extra
- 1 EL Bio Olivenöl Nativ Extra
- 1 bunte Paprikaschoten
- 1 Karotte, mittelgroß
- 0,5 Stück Romanasalat
- 100 g mittelalten Gouda

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Bunte Wrap-Röllchen mit Pesto-Frischkäse

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 25 Minuten

1. Pesto-Frischkäse zubereiten:20 g GEFRO Pesto Rosso mit 10 ml Wasser und 15 ml GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra verrühren. Anschließend mit 200 g Frischkäse gründlich vermengen und etwa 5 Minuten ziehen lassen.

1 Gemüse vorbereiten:

Je ½ rote und gelbe Paprika putzen, waschen und in sehr feine, kurze Streifen schneiden. 1 kleine Karotte schälen und grob raspeln.4 kleine Romanasalatblätter waschen und sorgfältig trocken tupfen. Dicke Blattrippen flach schneiden.

2 Tortillas bestreichen und belegen:

Die 4 Tortillas ausbreiten. Falls sie sich schlecht rollen lassen, zuvor kurz nach Packungsangabe erwärmen und wieder abkühlen lassen.Den Pesto-Frischkäse gleichmäßig auf den Tortillas verstreichen. Jeweils mit 1 Salatblatt, einem Viertel der insgesamt 100 g Goudascheiben und einem Viertel des Gemüses belegen. Am oberen Rand etwa 3 cm nur mit Frischkäse bestrichen lassen - dieser Rand verschließt die Rolle.

3 Wraps aufrollen und kühlen:

Die Tortillas von unten möglichst straff aufrollen, ohne die Füllung herauszudrücken. Jede Rolle eng in Frischhaltefolie oder eine geeignete wiederverwendbare Folie wickeln und etwa 30 Minuten im Kühlschrank fest werden lassen.

4 Röllchen schneiden und aufspießen:

Die Wraps auswickeln. Mit einem scharfen Messer zunächst die ungleichmäßigen Enden knapp abschneiden und diese als Küchenhappen verwenden. Jede Rolle in etwa sechs gleich große Stücke schneiden.Die Röllchen jeweils mit einem kleinen Holzspieß fixieren und auf einer Platte anrichten. Bis zum Servieren kühl stellen.Tipp: Salat und Paprika gut trocknen und die Wraps nicht zu dick belegen. So lassen sie sich straff rollen und sauber schneiden.