



Zucchini Wrap



2 Portionen



30 Min.

Zutaten

- 2 Zucchini
- 2-3 Möhre
- 1 Tl Salz
- 150g ger. Mozzarella
- 2 Eier
- 1 Tl Paprika
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Tl Zwiebelpulver
- 150g Hüttenkäse
- 4 Scheiben Putenaufschnitt
- 2 Tomate
- 1/2 Gurke
- 4-5 Blatt Basilikum

Zubereitung

1. Zucchini und Möhren grob reiben und mit 1 Tl Salz vermengen. Ein Sieb mit einem Baumwolltuch auslegen und die Masse dort hineingeben, 10 min sitzen lassen und danach ordentlich ausdrücken.
2. Alles zusammen mit dem Mozzarella, Eiern gepresstem Knoblauch und Gewürzen vermengen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes und leicht geöltes Blech dünn ausstreichen. Bei 180° C backen, bis der Teig knusprig braun ist, ca. 15-20 min. Alternativ kann man den Teig auch auf ein Backpapier streichen und im Kontaktgrill backen.
3. Ein bisschen auskühlen lassen, mit Hüttenkäse bestreichen, mit Basilikum, Tomaten, Gurkenscheiben und Aufschnitt belegen, aufrollen - Fertig!

Guten
Appetit!