

Wrap z králičí panenky



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 5min
Celkový čas: 25min , Porce: 3

781 kalorií , 11 g cukrů , 21 g tuků , 17 g bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/wrap-z-kralici-panenky>

Příprava

Panenku nakrájíme na kousky a necháme přes noc marinovat v oleji s pepřem a chilli papričkou nasekanou najemno. Poté zprudka opečeme na pánvi. Tortilly potřeme ajvarem a obložíme zeleninou a masem a zarolujeme.



Tip k receptu

Ajvar je omáčka připravená z grilovaných paprik a lilků.

Ingredience

- ✓ 200 g králičí panenky
- ✓ 1 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ 1/2 lžičky soli
- ✓ 1/2 lžičky pepře
- ✓ 1/2 ks chilli papričky
- ✓ 3 ks tortill
- ✓ 9 lžíc ajvaru
- ✓ 75 g špenátu
- ✓ 6 ks cherry rajčátek
- ✓ 1 svazek ředkviček
- ✓ 3 ks sterilované okurky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Zelenina, Předkrm, Hlavní chod

