

FRÜHSTÜCKSWRAPS



4.9 bei 16 Bewertungen

Backen
mit
Christina



Zubereitung

- 1 Die angegebenen Zutaten zu einem Teig verkneten und in einer verschlossenen Schüssel ca. 30 Minuten rasten lassen. Danach den Teig in 8 gleich große Teile aufteilen und dünn und rund ausrollen. In einer heißen Pfanne mit wenig Öl kurz backen.
- 2 Wichtig: Damit die fertigen Wraps weich bleiben und nicht austrocknen, unbedingt zwischen leicht angefeuchtete Geschirrtücher legen oder gut mit Wasser besprühen.
- 3 Für die Fülle die Eier mit etwas Salz und Pfeffer verquirlen. Etwas Butter in einer Pfanne zergehen lassen und 1/8 der Eimasse in die Pfanne leeren. Käse und Tomatenscheiben darauf verteilen. Den Wrap darüberlegen, wenden und kurz anbraten.
- 4 Die Hälfte nochmals mit Käse und frischen Spinat belegen. Nun den Wrap in der Mitte zusammenklappen und noch warm servieren.



Zutaten

8 STÜCK

TEIG

370 g	Weizenmehl 700
170 g	lauwarmes Wasser
60 g	Öl
5 g	Backpulver
5 g	Salz

ZUM BACKEN

etwas Öl & Butter

FÜLLUNG

8	Eier
	Käsescheiben
	Tomatenscheiben
	frischer Spinat
	Salz und Pfeffer