

FRÜHSTÜCKSWRAPS

★★★★★ 4.9 bei 20 Bewertungen



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.

Backen
mit
Christina



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