

WRAPS MED KYLLING

Disse skønne wraps er fyldt med lækre strimler af krydret kylling, en dejlig cremet guacamole og frisk spinat. De er super nemme at lave, og så er de fantastiske til både aftensmad og frokost

•

Til

- 2 kyllingebryster
- 2 spsk olie
- krydderier til kyllingen (jeg anvendte en mexicansk chiliblanding)
- 40 g spinat
- 1 rødløg

Guacamole

- 2 avocadoer
- ½ dl creme fraiche
- ½ fed hvidløg
- citronsaft
- salt
- peber

Derudover

- 4 tortillapandekager (eller lignende)

Skær kyllingebryst i tynde strimler, og steg dem i olie med det valgte krydderi. Lad kyllingestrimlerne køle af – de kan sagtens laves dagen før.

Skyl spinat, og lad det dryppe af. Skær løg i tynde strimler.

Guacamole:

Halver avokadoerne, og tag kødet ud. Mos det sammen med creme fraiche. Pres hvidløg, og tilsæt det sammen med citron. Smag til med salt og peber.

Smør et lag guacamole ud på hver pandekage, og tilføj kylling, spinat og løg. Rul pandekagerne sammen, og skær dem evt.

over på midten, så man kan se, hvad der er indeni.

