

Winterwraps mit gemischten Pilzen

4 Wraps

Menge	Zutaten
4 Stk.	Tortillawraps mittelgroß
6 handvoll	Rotkraut fein geschnitten
6 handvoll	Blattsalat geschnitten
1 Stk	Birne
6 EL	Sauerrahm
2 EL	Kürbiskernöl g.g.A. Salz, Pfeffer
250 g	Gemischte Pilze von GutBehütet
30 g	Lauch fein geschnitten
1 TL	GutBehütet Würze
1 EL	Würzsauce (Sojasauce od. ähnliches)
6 EL	Wasser
120 g	Schafskäse

Die Birne halbieren und entkernen, dann in dünne Blätter schneiden. Sauerrahm mit Kürbiskernöl und Salz/Pfeffer vermischen und abschmecken. Schafskäse grob zerteilen. Wraps in einer Pfanne trocken erwärmen.

Pilze, je nach Sorte vom Strunk entfernen, in längliche Streifen schneiden (Kräuterseitling, Shiitake, Igelstachelbart) oder reißen (Austern-, Rosenseitling). In einer Pfanne Öl erhitzen, den fein geschnittenen Lauch und die Pilze bei mittlerer Hitze unter Rühren anbraten. Mit dem Würzpulver bestreuen und kurz abbraten. Wasser mit Würzsauce mischen und über die Pilze geben, fertig garen.

Die warmen Wraps in den oberen 2 Dritteln mit Rotkraut, Salat und Birne belegen, mit Sauerrahmdip beträufeln, Schafkäse und Pilze darauf verteilen, von unten einklappen und fest einrollen.

Tipp:

Gelingt auch mit getrockneten Pilzen – aber vorher unbedingt einweichen und gut abtropfen lassen.

