

# Kebap-Spieße



## TIPP

Dazu passen neben weiteren Grillsaucen auch knackiges Gemüse

### ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- Basisrezept Wraps:**  
 500 g Küchenstolz Weizenmehl (Typ 405)  
 200 ml Wasser  
 60 ml BELLUCCINO Olivenöl  
 2 TL Salz  
 -  
 4–6 EL BBQ Sauce oder Steak Sauce  
 4 EL BELLUCCINO Olivenöl  
 -  
**Fleisch:**  
 2 ERNTEKRONE Knoblauchzehen  
 1 ERNTEKRONE rote Zwiebel  
 1 RIVER VALLEY Zitrone  
 1/2 ERNTEKRONE rote Paprika  
 1/2 Bund BIO SONNE Petersilie  
 500 g GUT BARTENHOF Rinderhackfleisch  
 1 TL COOK! Paprikapulver  
 1/2 TL Salz  
 1 Prise COOK! Pfeffer  
 1 Prise COOK! Chili  
 -  
**Vegan:**  
 2 ERNTEKRONE Knoblauchzehen  
 1 ERNTEKRONE rote Zwiebel  
 1 BIO SONNE Zitrone  
 1/2 ERNTEKRONE rote Paprika  
 1/2 Bund BIO SONNE Petersilie  
 450 g ERNTEKRONE Kidneybohnen  
 50 g GOLDEN BREAKFAST Haferflocken  
 1 EL VILLA GUSTO Tomatenmark  
 1 TL COOK! Paprikapulver  
 1/2 TL Salz  
 1 Prise COOK! Pfeffer  
 1 Prise COOK! Chili

### ZUBEREITUNG:

1. Für die Wraps Mehl, Wasser, Salz und Olivenöl in einer Rührschüssel gründlich vermengen und für 10 – 15 Minuten zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten.
2. Danach auf einer bemehlten Arbeitsfläche in zwölf gleich schwere Portionen teilen und diese jeweils kreisrund ausrollen.
3. In der Zwischenzeit eine Pfanne ohne zusätzliches Fett erhitzen und die dünnen Teigfladen darin nacheinander von beiden Seiten ausbacken.
4. Für die vegane Füllung: Das Gemüse putzen, grob zerkleinern und mit Zitronenabrieb, Zitronensaft und allen übrigen Zutaten in der Küchenmaschine oder dem Mixer zu einer krümeligen Masse zerkleinern.
5. Für die Fleischfüllung: Das Rinderhackfleisch mit fein gehacktem Knoblauch, Petersilie, Paprika und Zwiebeln, und mit Zitronenabrieb, Zitronensaft sowie den übrigen Zu-

- taten zu einer homogenen Masse vermischen.
6. In der Zwischenzeit den Grill vorheizen und die Grillsauce mit Olivenöl verrühren.
7. Im Anschluss die jeweiligen Füllungen auf die Wraps streichen und gleichmäßig verteilen.
8. Dann in gleich breite Streifen schneiden und diese bündig mit der Schnittkante nach oben aneinander schichten - mit Holz- oder Metallspießen fixieren und in gleichem Abstand in Portionen schneiden.
9. Nun die klassischen und veganen Spieße (gut voneinander getrennt) mit der vorbereiteten Marinade bepinseln und ringsherum knusprig grillen.