

Salat- Wraps

mit Thunfisch &
körnigem
Frischkäse



ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 2 ERNTEKRONE Mini-Romana-Salatherzen
- 1 BIO SONNE Zitrone
-
- 8 ERNTEKRONE Radieschen
- 2 Dosen FJORDKRONE Thunfisch
- 1 Dose ERNTEKRONE Mais
- ½ ERNTEKRONE Gurke
- ½ Bund Schnittlauch
- 200 g CREMISÉE körniger Frischkäse (K)
- 1 Prise Salz
- 1 Prise COOK! Pfeffer
- 1 Prise COOK! Chili

ZUBEREITUNG:

1. Den Salat vom Strunk befreien und in einzelne Blätter aufteilen.
2. Außerdem Gurke und Radieschen klein würfeln, den Schnittlauch fein hacken.
3. Den Mais gut abtropfen lassen und mit Thunfisch, Gurke, Radieschen, körnigem Frischkäse und Gewürzen vermischen.
4. Die Mischung auf den Salatblättern verteilen und mit Schnittlauch bestreuen.
5. Alles mit frischen Zitronenspalten servieren.