

wrap z krewetkami



BRIOSZKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

krewetki królewskie	według uznania
chilli	1
natka pietruszki	
papryka	kawałek
oliwki	5
sałata	garść
pomidor	pół
ogórek konserwowy	3
cebula	pół
czosnek	2 ząbki
masło	1 łyżka
sos chili	2 łyżki
majonez	1 łyżeczka
jogurt naturalny	1 łyżka
sól	1 łyżeczka
pieprz	
mąka	2 szklanki
oliwa	3-4 łyżki
sok z cytryny	3 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

PLACKI TORTILLA:

- *Mąkę przesiać do miski, dodać sól i gorącą wodę (2/3 szklanki). Zacząć wyrabiać ciasto (jeśli całość jest zbyt rzadka dodajemy więcej mąki lub jeśli jest zbyt "sypka" dodajemy więcej wody). Po chwili wyrabiania ciasta, dodajemy oliwę z oliwek i ponownie wyrabiamy (ok.3-5 minut)
- *Następnie zakrywamy wyrobione ciasto ścierką na około 20-30 minut.
- * Po upływie czasu rozdzielamy placki na 4-5 części i wałkujemy z nich cienkie placki.
- *Następnie na suchej rozgrzanej patelni smażymy je aż będą lekko rumiane.
- * Przed zawijaniem placków lekko nawilżam je wodą, wtedy łatwiej się rolują i nie pękają.

*KREWETKI

- * Jeśli są mrożone- rozmrozić.
- * Na patelni dodać trochę oliwy i masło.
- *Dodać posiekane chilli i czosnek.
- *Chwilę podgrzać, następnie dodać krewetki. Smażyć, pod koniec dodać świeżą posiekaną natkę pietruszki i 2 łyżki soku z cytryny.

SOS majonezowo- jogurtowy

- * Jogurt naturalny wymieszać z majonezem, dodać sól, pieprz i sok z cytryny.

- *Warzywa pokroić według uznania.

*Na dno placka rozłożyć sos majonezowo- jogurtowy,położyć sałatkę, krewetki, warzywa i połączyć sosem chilli.

Całość zawinąć i wsuwać :)

Smacznego