

Wrap mit Feta, griechischen Nudeln und Tsatsiki

Von Benajmin Hyttrek, Stebach

Zutaten

1 Paprika
1 Zucchini
1 Tomate
Oliven nach Geschmack
200g gekochte Kritharaki-Nudeln (griechische Reis-Nudeln)
1 Zwiebel
1 Knoblauchzähe
100g Fetakäse
mindestens 4 große Wraps
Petersilie
Salz, Pfeffer
Tsatsiki (fertig, Supermarkt)

Zubereitung

Kritharaki-Nudeln nach Packungsanleitung kochen und abgießen.

Zwiebeln in feine Würfel schneiden und mit gepresstem Knoblauch in Olivenöl anschwitzen. Zucchini in Streifen schneiden und dazugeben.

Jetzt das Tomatenmark untermischen. Abschmecken mit Salz und Pfeffer sowie Petersilie, dann die Nudeln darunter vermengen.

Die Wraps im Backofen oder in der Pfanne leicht erwärmen und mit Tsatsiki bestreichen.

Tomate und Paprika in Streifen schneiden. Mit Fetakäse und Oliven in einem Streifen auf die Wraps geben. Dann die noch leicht warme Nudel-Gemüsemischung daraufstreichen und die Wraps einrollen.

Wenn die Füllung zu flüssig wird, kann man Tsatsiki auch separat als Dip servieren.