Wraps

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Ganzjährig



Zutaten

250 G	Wasser
40 G	Olivenöl
100 G	Topfen
1 PKG	Backpulver
600 G	Weizen- oder Dinkelmehl
15 G	Salz

Zubereitung

1. Alle Zutaten mit dem Handrührgerät und danach von Hand ordentlich zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
2. 10 Minuten zugedeckt ruhen lassen.
3. Teig in 18 Stücke teilen und nochmals 5 Minuten entspannen lassen.
4. Jedes Teigstück sehr dünn zu einer Scheibe ausrollen
   und sofort in einer heißen Pfanne ohne Fett von beiden Seiten ausbacken.
5. Sobald kleine braune Punkte entstehen, sind sie fertig.
6. Nun können die Wraps beliebig gefüllt werden!

SEMINAR BÄUERINNEN