Kochwerkstatt Wiesbaden

Rezept für Hausgemachte Tortilla Wraps mit einer saftigen Füllung.

Teig:

500g Mehl

230ml Wasser

70ml Öl

1Tl Salz

Alle Zutaten in einer Küchenmaschine verkneten.

Anschließend den Teig auf einer mehlierten Fläche in 8 Stücke portionieren.

Nun zuerst kleine Bällchen formen, anschließend mehlieren und ausrollen.

Dabei sollte man den Teig drehen damit er rund wird.

In einer beschichteten heißen Pfanne ohne Öl ca. 1-2 Minuten von jeder Seite backen
und anschließend mit einem feuchten Tuch bedecken damit der Wrap nicht austrocknet und bricht.

Fleisch:

500g Rinderhüfte

Meersalz

Pfeffer aus der Mühle

Das Fleisch von Sehnen und Silberhaut befreien, in dünne Scheiben gegen die Fleischfaser schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Anschließend auf einem Grill kurz von beiden Seiten angrillen so das es noch saftig und innen Rosa bleibt.

Tomatensalsa:

6 Tomaten

1 rote Zwiebel

70g Salatgurke

1 Knoblauchzehe

1 Tl Senfkörner

20ml hellen Essig

1 frische Chilischote

1 Bund Koriander

Salz, Pfeffer und Zucker

Die Tomaten, Zwiebel und Gurke in feine Würfel schneiden.

Anschließend die Senfkörner im Topf anschwitzen.

Danach die Tomaten hinzufügen, den Knoblauch schneiden und ebenfalls hinzufügen sowie Chili nach Geschmack.

Mit dem Essig ablöschen, Zwiebelwürfel und Gurke hinzufügen.

Die Tomatensalsa anschließend mit etwas Salz, frischem Pfeffer und Zucker abschmecken sowie mit etwas frischem Koriander verfeinern.
