



ALLES DRIN.

Fragen, Anregungen, Kritik? Oder auch Lob?
Kochunterstützung? Melde dich hier, ich freu mich:

01577/7707760
hallo@chriskochtüte.de
facebook.com/chriskochtuete

chriskochtüte.de
Christoph Zettler- Laeiszstraße 15 - 20357 Hamburg

Sucuk-Burrito

Es ist Feierabend. Glückwunsch:) Jetzt abschalten und entspannt kochen. Deswegen lies dir das Rezept vorab einmal komplett durch. Und leg dir schon mal Öl, Salz, Pfeffer, ein Schneidebrett, ein Messer und eine große Pfanne bereit. So lässt es sich entspannt kochen. Und in ca. 20 min gibt's schon lecker Essen!

Sucuk häuten, längs halbieren und klein schneiden. **Petersilie** waschen, klein schneiden. **Zwiebel** schälen, halbieren und würfeln. **Paprika** waschen, entkernen, klein würfeln. Alles in einer großen Pfanne mit etwas Olivenöl auf mittelhoher Hitze 6-7 Min anbraten. Leicht Salzen, pfeffern.

Eier in die Pfanne aufschlagen. Nochmal leicht salzen. Kurz stocken lassen, Petersilie dazugeben, dann alles miteinander verrühren. Nochmal 2-3 Min alles anbraten. $\frac{2}{3}$ der Masse auf dem **Wrap**/den Wraps verteilen, Wrap zusammenrollen, etwas andrücken und auf je 2 Seiten je 2 Min auf mittlerer Hitze anbraten/versiegeln. Mit der gefalteten Seite zuerst nach unten (Falls die Wraps etwas "starr" sein sollten: Kurz mit Wasser bestreichen und für 10sek in die Mikro/oder 30 Sek in die heiße Pfanne). Aus der Pfanne holen, auf schöne Teller packen,, Burrito in der Mitte halbieren und Rest der Masse neben den Burrito geben. Das war's schon. Du hast tolles Essen gemacht. Wer das Rezept etwas abändern möchte: Nur zu. Es ist dein Werk!

Genieß Deinen Feierabend!

☺---Gepackt von

(11 Unterschriften = 1 Gratis-Tüte:)

Chris



Ich würde mich freuen von dir zu hören. Besuch mich auf [facebook.com/chriskochtuete](https://www.facebook.com/chriskochtuete) oder schreib mir an hallo@chriskochtuete.de. Mal unzufrieden? Dann tut mir das schrecklich leid. Komm zu mir an den Stand und du bekommst dein Geld zurück oder eine aktuelle Tüte kostenlos.