

## INGREDIENCIE

Ψ 2 PORCIÁCH

🕒 30 MIN

🌱 PRECHODNÝ

1 balenie Garden Gourmet  
Sensational Burger

hrst' mladého kelu alebo špenátu

¼ červenej kapusty

1 avokádo

1 limetka

soľ

čierne korenie

1 strúčik cesnaku

1 lyžica crème fraîche alebo kyslej  
snotany

2 paradajky

1 červená paprika

2 lyžice majonézy

1 polievková lyžica paradajkovej  
salsy

2 veľké pšeničné tortilly

## KULINÁRSKE TIPY

## Tip šéfkuchára:

Tip šéfkuchára: tortilla vynikajúco  
chutí s teplými fazuľami zmiešanými  
s kukuricou a hráškom.

Máte už dosť tradičných hamburgerov? Inšpirujte sa a vyskúšajte náš recept na zeleninové wrapy Sensational Burger, ktoré obsahujú všetko, čo máte radi na hamburgeroch, zabalené v tortille! Túto netradičnú a rýchlu večeru budete mať hotovú za menej ako 30 minút! Rozhodnite sami, je lepší burger v žemli alebo v tortille?

## PRÍPRAVA

## 1. POKVAPEJTE KAPUSTU LIMETKOVOU ŠŤAVOU

Červenú kapustu nakrájame na veľmi tenké prúžky a pokvapkáme limetkovou šťavou.

## 2. VYROBTE GUACAMOLE

Zrelé avokádo rozrežte na polovicu a nožom odstráňte jadro. Dužinu avokáda preložte do väčšej misky a vidličkou ju dobre roztláčte. Pridajte nadrobno nasekaný cesnak, limetkovú šťavu a crème fraîche alebo kyslú smotanu. Dip ochutíme soľou a korením alebo štipkou chilli, podľa chuti a preferencií.

## 3. ZMIEŠAJTE PARADAJKOVÚ SALSU S MAJONÉZOU

Nakrájame paradajky na kocky a papriku na prúžky. Zmiešame majonézu s paradajkovou salsou.

## 4. PRIPRAVTE SENSATIONAL HAMBURGERY

Senzačné burgre Garden Gourmet môžete pripraviť hneď tromi spôsobmi. Na panvici ich smažte 8-10 minút na slabšej vrstve oleja pri miernej teplote, v polovici obráťte. Burgre možno aj opieť v rúre predhriatej na 200 ° C, opäť v polovici nezabudnite placky otočiť. Na grile pri strednom ohni príprava trvá 12 minút, tu obracajte každé 4 minúty.

## 5. ZOSTAVTE SI WRAP A VYCHUTNAJTE SI HO!

Do stredu tortilly dajte vrstvu pripraveného avokádového dipu. Pridajte papriku, nakrájané paradajky, červenú kapustu a hrst' mladého kelu alebo špenátu, na ktoré navrstvite zlatisté hamburgery. Na záver pridáme lyžicu paradajkovo-majonézovej omáčky. Teraz môžeme tortilly zrolovať a konce zastrčiť tak, aby sa obal na oboch koncoch uzavrel. Wrap podávame rozrezaný na polovicu so zvyšným avokádovým dipom. Prajeme vám dobrú chuť!

CHECK OUT MORE RECIPES AT  
GARDENGOURMET.COM