



ERLEBEN.
GENIEßEN. BEGEISTERN.

SEEFISCHKOCHSTUDIO
BREMERHAVEN

Wrap mit Eismeergarnelensalat und Speck

Zutaten für 4 Personen

200 g Eismeergarnelenfleisch	1 Prise Salz
100 g Spitzkohlkohl	1 Prise schwarzer Pfeffer
2 EL Sauerrahm	1Bd. Rucola
50g geräucherter, durchwachsener Speck /Würfel	8 Wraps 18cm

Zubereitung

Den Sauerrahm in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermischen.

Den Spitzkohl putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Die Speckwürfel in einer Pfanne kross braten. Anschließend zum Sauerrahm in die Schüssel geben.

Eismeergarnelen abgießen und hinzufügen. Alle zusammen durchheben. Anschließend noch nach Geschmack mit Salz und schwarzem Pfeffer abschmecken.

Rucola waschen und trocken schleudern.

Die Wraps auf der Arbeitsfläche verteilen, den Garnelensalat und den Rucola auf die Wraps aufteilen, beide gegenüber liegende Seiten umklappen und von einer offenen Seite aufrollen.

Guten Appetit!



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Fischereifonds
Investition in eine nachhaltige Fischerei