Chicken Nugget-Wraptüten

Das Rezept von den Chicken Nugget-Wraptüten spricht besonders Kinder an. Aber auch Erwachsene haben Spaß daran, sich eine Wraptüte mit verschiedenen Leckereien zu befüllen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 40 min

Koch/Backzeit: 12 min

Gesamtzeit: 52 min



Zutaten

Für die Nuggets

2 Stk.	Hühnerbrüste
Nach Belieben	Gewürze (Salz,Pfeffer,Paprikapulver)
Nach Belieben	Mehl (zum Panieren)
1 Stk.	Ei (zum Panieren)
Nach Belieben	Brösel (zum Panieren)
Nach Belieben	Öl (zum Braten)

Für die Sauce

300 g	Griechischer Jogurt
Nach Belieben	Kräuter (z. B. Schnittlauch und Petersilie)
Nach Belieben	Gewürze (Salz, Pfeffer, Knoblauch)
1 Spritzer	Zitronensaft
1 Prise	Zucker

Zum Füllen/Befüllen

6 Stk.	Wraps
6 Stk.	Holzspieße (Zahnstocher etc.)
Nach Belieben	Salat
Nach Belieben	Mais

Zubereitung

1. Vor der Zubereitung sei gesagt, dass man die Wrap-Tüten ganz nach Belieben füllen kann. Dabei sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Wer die **Chicken Nugget-Wraptüte** schneller zubereiten möchte, der kann schon fertig panierte Nuggets und einen Kräuter- oder Knoblauch-Dip im Supermarkt kaufen.

2. Für die selbst gemachte Version zuerst die Hühnerbrüste beliebig in Scheiben, Stücke oder Streifen schneiden.

3. Diese anschließend mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

4. Danach jedes einzelne Fleischstück von beiden Seiten panieren. Panieren bedeutet zuerst in Mehl wälzen, dann durch das verschlagene Ei ziehen und letztendlich locker in Bröseln wenden. Die fertig panierten Nuggets anschließend zur Seite stellen.

5. Jetzt die Sauce zubereiten. Dazu nach Belieben die Kräuter, wie zum Beispiel Schnittlauch und Petersilie, klein hacken.

6. Nun den griechischen Joghurt zum Beispiel mit Salz, Pfeffer, Knoblauch, einem Spritzer Zitronensaft und einer Prise Zucker abschmecken.

7. Dann die Kräuter unterheben.

8. Als nächstes die Wraps am besten mit einer Schere mittig und bis zur Hälfte einschneiden.

9. Jetzt die Wraps einmal im Kreis herum aufrollen, sodass eine Tüte entsteht. Die Schnittkanten hinterher mit einem Hölzchen fixieren, sodass sie sich nicht mehr aufrollen können. Parallel schon mal den Backofen auf ca. 180 °C Ober/Unterhitze vorheizen.

10. Nun die Wrap-Tüten mit der Spitze nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und im Ofen ca. 12 Minuten backen.

11. Derweil den Salat verlesen, waschen und trocknen.

12. Danach den Mais in einem Sieb abtropfen lassen.

13. Jetzt das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Chicken Nuggets von beiden Seiten bei mittlerer Hitze goldbraun braten.

14. Wenn die Wraps fertig sind, diese aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen und hinterher nach Belieben mit Salat, Nuggets, Kräutersauce und Mais befüllen. Dann am besten gleich genießen.

Tipp

Die Chicken Nugget-Wraptüten kommen auch auf einem Buffet gut an.