

# GANSLWRAP MIT BLAUKRAUT

PORTIONEN: 4



**BIERTIPP:**  
Rieder Honig Bier



## ZUTATEN

- 1 Geräucherte Gänsebrust
- 4 Stk. Wrap
- 1 kl. Blaukraut
- 1 Knoblauch
- 250g Griechischer Joghurt
- Frischer Koriander
- Chilischoten Roter Zwiebel
- 1 Apfel
- Orangensaft
- Rotweinessig
- Preiselbeeren
- Zitrone
- Frischer Ingwer
- Salz
- Staubzucker

## ZUBEREITUNG

Das Blaukraut in feine Streifen schneiden und mit Salz, Preiselbeeren, Staubzucker, Orangensaft, Rotweinessig und Ingwer marinieren. Die Gänsebrust von der Haut befreien und in feine Scheiben schneiden. Den Joghurt mit Koriander, Salz und Zitrone abschmecken. Das Kraut mit der Gänsebrust mit den geschnittenen Äpfeln, Zwiebeln und ein wenig Joghurt in einen Wrap rollen. Auf der offenen Seite anbraten, wenden und mit dem restlichen Joghurt servieren.

**MAHLZEIT UND  
GUTES GELINGEN!**

OÖ KOCHT MIT SILVIA SCHNEIDER | JEDEN SA AB 18 UHR | EXKLUSIV AUF LT1!

