



Gesamtzeit: 5 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 1 Personen

süßer Wrap mit Früchten

süßer Wrap mit Früchten

- 1 Don Enrico High Protein Wrap Tortillas
- 2 Esslöffel Skyr (oder High Protein Quark)
- 1 Teelöffel Liakada Griechischer Honig Wildblüte
- 1 Teelöffel Backkakao (optional)

Toppings nach Wahl:

Erdbeeren

Banane

Himbeeren

gehackte Nüsse

süßer Wrap mit Früchten

1.

Tortilla kurz in der Pfanne ohne Öl oder Mikrowelle nach Packungsanleitung erwärmen.

Skyr mit Honig verrühren und auf dem Tortilla verstreichen. Früchte und ggf. Nüsse darauf verteilen und einrollen oder falten! Optional: nochmal kurz in einer

Pfanne ohne Öl anrösten.