Entdeckt und gefunden bei Rila die Genussentdecker: www.rila.de

Veganer Tapenade-Wrap mit gerösteten Artischocken

Gesamtzeit: 50 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 4 Portionen

Veganer Tapenade-Wrap mit gerösteten Artischocken

12 Stück(e) Artischocken

100 g Liakada Grüne Oliven Sorte Chalkidiki entsteint

50 g Ibero Kapern Nonpareilles

150 g Al Amier Kichererbsen getrocknet

1 Zwiebel

25 g Don Enrico Burrito Mix

1 Esslöffel McCormick Koriander gemahlen

2 Teelöffel McCormick Pfeffer schwarz gemahlen

2 Teelöffel Salz

2 Esslöffel Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

Veganer Tapenade-Wrap mit gerösteten Artischocken

1.

1. Grill auf 200 Grad vorheizen.
2. Artischocken vorbereiten. Dunklen Blätter entfernen,

bis die gelblichen Blätter mit hellgrüner Spitze zum Vorschein kommen. Artischocken auf die Seite legen und verbliebene Blätter oberhalb des Herzens abschneiden. Stiele bis auf ca. 2 cm abschneiden. Die festen äußeren Teile am Boden sowie einen Teil der äußeren Stielschicht ebenfalls entfernen, sodass der innere Teil freigelegt wird. Tipp: Die Artischocken in eine große, mit Wasser und Zitronensaft gefüllte Schale legen, damit sie sich nicht verfärben.

3. Einen Grillkorb für Gemüse auf den Grillrost stellen. Die Artischocken gründlich trocknen, in einer Schüssel mit Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen und anschließend in den Korb geben. Bei geschlossenem Deckel 25 bis 30 Minuten garen und regelmäßig wenden; die Temperatur bei Bedarf reduzieren.

5. Die Artischocken, grünen Oliven, Kapern und die Wrap-Gewürzmischung mit einem Schuss Olivenöl in einen Mixbehälter geben und glatt pürieren.

6. Die Artischocken-Tapenade auf die Tortillas streichen, den Kichererbsensalat darauf verteilen und die Tortillas anschließend zu Wraps aufrollen. Etwas Olivenöl auf die Grillplatte träufeln und die Wraps von allen Seiten anbraten.

4. Die Kichererbsen mit gemahlenem Koriander, gehackter Zwiebel, Olivenöl, Salz und Pfeffer vermischen. Ab und an prüfen, ob die Artischocken gar sind. Sobald dies der Fall ist, vom Grill nehmen und abkühlen lassen.