

# Rohkost-Wraps mit Kichererbsencreme

Köstlich gefüllte Teigfladen als handlicher Snack

## Zutaten

1 Bund Radieschen  
1 kleiner Chinakohl  
1 Spitzpaprika  
2 Eier hartgekocht  
1 Glas Kichererbsen (ca. 360 g)  
2 Knoblauchzehen  
2 EL Zitronensaft  
100 g Frischkäse  
4 EL Olivenöl  
1 Packung Wraps  
Salz Pfeffer

## Zubereitung

Grün von den Radieschen entfernen. Radieschen in feine Streifen schneiden. Das Grün waschen und trocknen. Chinakohl und Paprika putzen, jeweils halbieren und in feine Streifen schneiden. Eier pellen und würfeln (geht am schnellsten 1 x längs und 1 x quer mit dem Eierschneider).

Alle Zutaten miteinander mischen.

Für die Creme Kichererbsen abgießen, gut abspülen und abtropfen lassen. Knoblauch pellen und grob hacken. Kichererbsen, Radieschenblätter, Zitronensaft, Knoblauch, Frischkäse und Öl in ein hohes Rührgefäß (oder Mixer) geben und fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wraps in einer heißen Pfanne von beiden Seiten kurz erhitzen. Mit der Creme bestreichen und die Gemüsemischung darauf verteilen, aufrollen und genießen.