



Garnelen Fajita mit Avocado

Zutaten

- 200 g Avocado
- 1 Limette(n)
- 100 g Tomaten
- 150 g gelbe Paprikaschoten
- 150 g Garnelen, tiefgefroren u. geschält
- 60 g Frühlingszwiebeln
- 0,5 Bund Koriander
- 1 Beutel MAGGI Fix für Chili con Carne
- 50 ml Wasser
- 3 Tortilla(s)
- 60 g Schmand

Zubereitung

1. Avocado halbieren, den Kern entfernen, schälen und in Spalten schneiden. Limette auspressen und die Avocado damit beträufeln.
2. Tomate putzen, waschen und in grobe Würfel schneiden. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln waschen und schräg in Ringe schneiden, die grünen Ringe zur Seite stellen. Koriander waschen, Blättchen von den Stielen zupfen und klein schneiden.
3. In einer beschichteten Pfanne 1 EL Öl heiß werden lassen. Gemüse und Garnelen darin ca. 5-7 Minuten anbraten. MAGGI Fix für Chili con Carne mit Wasser verrühren und mit den grünen Frühlingszwiebelringen gegen Ende der Garzeit hinzugeben und kurz mitbraten.
4. Tortillas nach Packungsanweisung erwärmen und mit Schmand bestreichen. Gemüse, Garnelen und Avocadospalten darauf verteilen und mit Koriander bestreuen. Den Wrap aufrollen und servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	37 g
Energie	398 kcal
Fett	19 g
Protein	18 g

🕒 20 Minuten

⊕ 3 Portionen