



# Next Level Wrap

Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
30min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Petersilie, frisch	25 g
Thymian, frisch	15 g
Kidneybohnen	255 g
Mais aus der Dose	285 g
Zwiebeln, gelb	2 St.
Cherrytomaten	100 g
Next Level Hackfleisch	400 g
Cayennepfeffer	1 TL
Wraps	4 St.
Barbecuesauce	4 EL

## Zubereitung

[Petersilie](#) waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen. [Knoblauch](#) schälen und fein hacken. [Bohnen](#) und [Mais](#) in ein Sieb geben, abspülen und abtropfen lassen. Eine Zwiebel halbieren, schälen und in Scheiben schneiden. Übrige Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. [Tomaten](#) waschen und vierteln.

In einer Schüssel Next Level [Hackfleisch](#) mit gewürfelter Zwiebel, Knoblauch, Cayennepfeffer, Thymian und Petersilie vermengen. Masse in 8 Teile teilen und mit den Händen jeweils zu kleinen Röllchen formen.

Grill anheizen. Hackröllchen ca. 5 Min. [grillen](#), dabei regelmäßig wenden. Wraps nach Belieben kurz auf dem Grill erwärmen. Barbecuesauce auf die Mitte des Wraps verteilen. [Gemüse](#) darauf verteilen und Hackröllchen darauflegen. Wrap aufrollen, hierfür die untere Seite nach oben klappen, anschließend die Seiten in die Mitte klappen. Next Level Hackröllchen Wrap servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	484 kcal		
Kohlenhydrate	52 g	Ballaststoffe	6 g
Eiweiß	14 g	Fette	18 g