

# Avokádovo-kuřecí wrapy

**Kategorie:** [Pokrmy](#)

**Autor:** Monyszek



## Suroviny

**Porce:** 4

- Olivový olej 2 lžíce
- Kuřecí prsa 200 g
- Sůl dle chuti 1 špetka
- Pepř dle chuti 1 špetka
- Hustý bílý jogurt 1 kelímek
- Zakysaná smetana 0.5 kelímek
- Olej 1 lžička
- Česnek 1 stroužek
- Pažitka 1 svazek
- Tortilla 4 ks
- Listy salátu 4 ks
- Avokádo 1 ks
- Okurka 1 ks

**Doba přípravy:** 20 min

**Obtížnost:** Středně obtížné

**Určen pro:** Děti

**Způsob přípravy:** Grilování

**Zařazení:** Svačina

**Země:** Česká republika

**Počet porcí:** 4

## Postup:

Olivovým olejem potřete lehce naklepaná kuřecí prsa, z obou stran je osolte a opepřete a opečte na grilovací pánvi z obou stran doměkka. Pak je nakrájejte na plátky. Jogurt smíchejte se smetanou, olejem, utřeným stroužkem česneku a nasekanou pažitkou. Každou tortillu srolujte do kornoutu, na „dno“ dejte část dipu, navrch pak plátky masa, listy salátu, avokádo a okurku. Ihned podávejte.