

Zelf wraps maken

Porties: 6 • Bereidingstijd: 5 min • Totaaltijd: 30 min • Calorieën: 158 kcal • Niveau: Makkelijk

Lekker veelzijdig: je kunt er namelijk alle kanten mee op. Lekker voor de lunch maar ook voor het avondeten.



Ingrediënten

- **250 gram** tarwebloem
- **150 ml** None lauwwarm water
- **1 theelepel** None bakpoeder
- **4 eetlepels** None zonnebloemolie
- **zout** None sodium

Bereidingswijze

- 1 Doe alle droge ingrediënten samen met een flinke snuf zout in een kom en mix door elkaar.
- 2 Voeg dan 3 eetlepels zonnebloemolie toe en terwijl je aan het kneden ben voeg je beetje bij beetje het lauwarme water toe.
- 3 Bedek het aanrecht met bloem en kneed hierop het deeg verder tot een egale deegbal.
- 4 Draai van het deeg 6 balletjes van gelijke grote en doe deze weer terug in de schone kom.
- 5 Giet hierover 1 eetlepel zonnebloemolie en draai de balletjes er even in om zodat alle kanten bedekt zijn met de zonnebloem olie.
- 6 Dek af met een natte theedoek en laat het geheel een kwartiertje rusten.
- 7 Zet een ruime koekenpan op het vuur en rol een van de bolletjes uit tot een ronde tortilla.
- 8 Doe deze in de hete koekenpan en bak de tortilla om en om gaar (ongeveer 30-45 seconden per zijde). Herhaal dit tot je van alle balletjes een tortilla wrap hebt gebakken.

Tips

- Mocht het deeg erg plakkerig zijn kun je altijd wat extra bloem toevoegen. Als het deeg juist een beetje droog is kun je er wat extra water bij doen.