



Karotten Wraps mit geröstetem Wurzelgemüse und Guacamole auf Wildkräutern



Zubereitungszeit:

60 Min.

Zutaten:

für 4 Tortillas:

- 4 [Beetgold Tortillas Karotte](#)

Für das Wurzelgemüse:

- 1 orange Karotten
- 1 Gelbe Karotten
- 1 Urkarotte
- 2 Pastinaken
- 1 Glas Kichererbsen

- 4 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Ras el Hanout

- 4 Zeige Frischer Thymian
- 2 EL Honig/Ahornsirup

Für die Guacamole:



- 1 Avocado
 - 3 Cocktailtomaten
 - 1 frische kleine Knoblauchzehe
 - 2 Limetten
 - 10 Zweige frischer Koriander
 - Salz Pfeffer
-
- 1 Handvoll Wildkräuter

Zubereitung:

1. Gemüse und Kräuter waschen und gut abtropfen lassen. Kichererbsen waschen und abtropfen
2. Backofen auf 200° vorheizen
3. Wurzelgemüse schälen und in Streifenschnitten zusammen mit den Kichererbsen und der Öl-Gewürzmischung (Olivenöl, Salz, Pfeffer, Ras el Hanout) vermengen mit Thymian bestreuen, ab auf einem Backblech mit Honig beträufeln und für 30-40 Minuten im Ofen rösten.
4. Für die Guacamole: Avocado, Tomaten, Knoblauch, Koriander (Blätter vom Stiel abzupfen) und dem Limettensaft, Salz und Pfeffer im Mixer zu einer homogenen Masse verarbeiten.
5. Auf die Karotten-Wraps erst Wildkräuter, dann das geröstet Ofengemüse und als Topping die Guacamole. Falten und schmecken lassen.