



Tortillas mit Bärlauch und Spargel



Zubereitungszeit:

20 Min.

Zutaten:

für 2 Tortillas:

- 2 [Beetgold Tortillas](#)
- 6 Stangen Spargel
- Salat
- Bärlauchpesto
- Tomaten
- Nüsse
- frischer Bärlauch

Sauce Hollandaise:

- 80 g Cashews (in Wasser mind. 6 Stunden einweichen lassen)
- 2 EL Dijon Senf
- 8 EL Mandelmilch
- Salz/Pfeffer 1 EL Hefeflocken

Zubereitung:

Spargel schälen und zurecht schneiden und für 4 1/2 Minuten gekocht. In der Zwischenzeit kann Salat waschen und in die Mitte der Tortilla legen. Wenn der Spargel dann so weit ist, wird er auf den Salat gelegt, mit Bärlauch Pesto bestrichen. Nun folgen nur noch ein paar knackige Tomaten, Nüsse, frischer Bärlauch und fertig ist die Füllung. Cashews mit den restlichen Zutaten in einen Mixer mixen. Nachdem die erwünschte Konsistenz erreicht wurde, kann die Soße aufgekocht werden und zu den Tortillas gegessen werden.