KAROTTEN TORTILLA MIT WURZELGEMÜSE

60 MIN (VEGAN) GLUTENFREI

Zutaten für 2 Portionen:

4 Vollgemüse 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 Ahornsirup

Für die Guacamole:
1 Avocado
3 Cocktailtomaten
1 frische kleine Knoblauchzehe
2 Limetten
10 Zweige frischer Koriander
Salz Pfeffer

1 Handvoll Wildkräuter

ZUBEREITUNG:

Gemüse und Kräuter waschen und gut abtropfen lassen.
Kichererbsen waschen und abtropfen.
Backofen auf 200° vorheizen
Wurzelgemüse schälen und in Streifenschneiden 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.
Für die Guacamole: Avocado, Tomaten, Knoblauch, Koriander (Blätter vom Stiel abzupfen) und dem Limettensaft, Salz und Pfeffer im Mixer zu einer homogenen Masse verarbeiten.
Auf die Karotten-Wraps erst Wildkräuter, dann das geröstet Ofengemüse und als Topping die Guacamole. Falten und schmecken lassen.