

# FRÖHLICHE WRAP-JAUSE

Für viele Kinder ist es ein Riesenspaß, eigene Wraps zuzubereiten – als Gruppenaktivität in der Klasse kann so eine Jause zum echten Highlight werden!

Wraps sind sehr vielseitig, einfach zuzubereiten und eine willkommene Abwechslung zum Pausenbrot. Darüber hinaus werden ein paar Extra-Vitamine wie Blattsalat, Gurke & Co. eingerollt leichter akzeptiert und können nicht so leicht zur Seite purzeln... ;-)

Das Tolle ist, dass bei der Füllung der Fantasie keine Grenzen gesetzt sind. Jedes Kind kann eine Zutat mitbringen und gemeinsam entsteht ein bunter "Wrap-Tisch" mit unbegrenzten Möglichkeiten für experimentierfreudigen Genuss. Jedes Kind darf dann seine Flade ganz nach seinem Geschmack füllen.

Ein weiterer Pluspunkt ist, dass man das dünne Fladenbrot mit verschiedensten Mehlen selbst zubereiten kann und mittlerweile gibt es auch sehr viele Varianten zu kaufen: Von Vollkorn über vegan bis glutenfrei, jeder Ernährungswunsch lässt sich erfüllen.



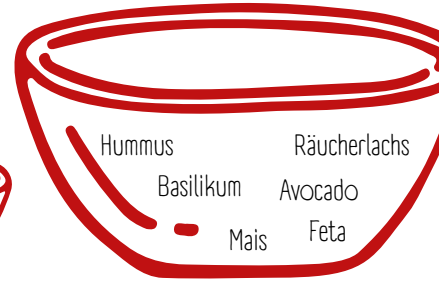
# FRÖHLICHE WRAP-JAUSE



Zutaten



Tomaten



Hummus  
Basilikum  
Mais  
Räucherlachs  
Avocado  
Feta

## Wer bringt was mit?

Tortillafladen

Frischkäse mit Kräutern

Schinkenscheiben

Käsescheiben

Salatblätter

Gurkensticks

Karottensticks

Paprikascheiben

## Platz für weitere Zutaten

---



---



---



---



---



---



---



---

## So hast du den Dreh raus!

Nimm das dünne Fladenbrot, lege die Füllung in einem Streifen in die Mitte und lasse dabei einige Zentimeter am unteren Rand frei. Falte das nicht belegte Ende über die Füllung und klappe dann die Seiten ein, sodass nichts herausfällt.

