

## Kipwraps met mais en kaas



**Bereidingstijd:** 35 min    **Personen:** 4    **Categorie:** Gevogelte    **Gerecht type:** Ovenschotel

**Per portie:** 985 kcal, vet 49g (waarvan verzadigd 20g), koolhydraten 89 g, eiwit 41g.

### Ingrediënten

- eetlepels wokolie of arachideolie
- 300 gr kipfilets (in blokjes)
- 1 - zakje Mexicaanse kruidenmix fajita
- 500 gr bamigroenten (fijngesneden) of
- 500 gr Oosterse wokgroenten (fijngesneden)
- 1 - blikje mais (uitgelekt)
- 6 - tortillawraps (25 cm ø)
- 150 gr kruidenroomkaas
- 100 gr belegen kaas (geraspt)
- 1 - zak tortillachips (naturel)

### Bereiding

1. Verwarm de oven voor op 180°C.
2. Verhit de helft van de olie en bak hierin de kipblokjes rondom lichtbruin. Voeg de kruidenmix en een klein scheutje water (volgens de aanwijzingen op de verpakking) toe en gaar 2-3 minuten.
3. Verhit de rest van de olie en roerbak hierin de groenten 3-4 minuten. Schep de mais erdoor.
4. Verwarm de wraps afgedekt 20 seconden in de magnetron op 800 Watt of circa 4 minuten in een warme oven zodat ze wat soepeler worden. Bestrijk ze met de roomkaas.
5. Schep de kip en groenten op de wraps, rol op en leg ze naast elkaar in een ovenschaal. Bestrooi met geraspte kaas en zet circa 15 minuten in het midden van de oven tot de wraps krokant zijn en de kaas is gesmolten. Serveer met de tortillachips.  
Lekker met een tomatensalade.