



Wrap végétarien

TEMPS DE PRÉPARATION

Difficulté : Facile
Pour 2 pers.
Préparation | 30 min

INGRÉDIENTS

- 2wrap
- 6falafels
- 0.5concombre
- 2carottes râpées
- 8tomates cerises
- 1pot de tzatziki
- 1pot de sauce sésame
- Frites de patates douces
- Pousses d'épinard, roquette

Badigeonnez le centre de votre wrap avec le tzatziki, déposez des rondelles de concombre, des carottes râpées, des tomates cerises coupées en 2, de la roquette, des pousses d'épinards.

Posez les falafels, les frites de patates douces.

Pliez votre wrap comme ci-dessous :



Déposez de la sauce sésame.