PS. food & lifestyle

FASE 3

Wraps met gerookte zalm en zuivelspread

5 minuten

1 persoon

VOEDINGSWAARDE

Energie	**549 Kcal**
Koolhydraten	**13 g**
Eiwitten	**46.6 g**
Vet	**29.5 g**
Vezels	**22.6 g**

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 2 PS. Mexican wraps
- 120 g gerookte zalm
- 100 g komkommer
- 50 g gemengde sla
- ¼ rode ui
- 2 el zuivelspread
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Besmeer de wraps met de zuivelspread en beleg met de gerookte zalm. Snijd de komkommer in reepjes en de rode ui in ringen. Verdeel samen met de gemengde sla over de wrap en breng op smaak met peper en zout. Rol de wrap op en snijd in reepjes.