

Ingrediënten

- ✓ 3 volkoren wraps
- ✓ 100 g maïskorrels
- ✓ 1/2 rode ui
- ✓ 15 kerstomaten
- ✓ 1 avocado
- ✓ 1 limoen
- ✓ 50 g light kaas, geraspt
- ✓ 5 takjes koriander
- ✓ olijfolie of olijfolie spray
- ✓ zeezout
- ✓ peper
- ✓ paprikapoeder

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 225 graden.
2. Bestrijk de wraps met een kwastje met olijfolie (gebruik max. 2 eetlepels) of gebruik een olijfolie spray. Snij de tortilla's doormidden en vervolgens elke helft in 6 puntjes. Verdeel ze over een met bakpapier beklede bakplaat. Besprenkel met zeezout.
3. Bak in de oven in 6-7 min. krokant en goudbruin. Schep halverwege om. Zet indien nodig even de grill aan. De wraps worden sowieso nog wat krokanter als je ze even laat afkoelen.
4. Verwarm een koekenpan met de resterende olijfolie (kan ook zonder). Bak hierin de maïs in 7-10 minuten gaar en knapperig. Breng op smaak met peper, zout en paprikapoeder.
5. Snipper de rode ui voor de tomatensalsa. Snij de kerstomaten in kleine blokjes van 1/2 cm. Meng de rode ui, maïs en kerstomaten en breng op smaak met een snufje zout en peper. Zet apart.
6. Halveer de avocado, verwijder de pit en schep het vruchtvlees uit de schil. Plet het vruchtvlees van de avocado. Meng met het sap van de limoen. Kruid met peper en zout naar smaak.

