

GROENTENWRAPS

Ingrediënten (voor 1 wrap).

- ✓ 1 volkoren/ groentenwrap
(No fairytales: AH-Spar-Delhaize)
- ✓ 1 el hummus
- ✓ 1/4 de zoete puntpaprika
- ✓ 5 kerstomaten
- ✓ 1 radijs
- ✓ 1 handje veldsla
- ✓ 3 (zwarte/groene) olijven
- ✓ paprikapoeder
- ✓ peper
- ✓ zout



Bereidingswijze

1. Besmeer de wrap met de hummus.
2. Verwijder de zaadjes uit de zoete puntpaprika en snij deze in reepjes. Verdeel over de wrap.
3. Halveer de kerstomaten en snij de olijven en radijs in schijfjes.
4. Verdeel de kerstomaten, olijven, radijs en veldsla over de wrap.
5. Werk af naar eigen smaak met paprikapoeder, peper en zout.

TIP: Serveer met een slaatje waar je restjes uit je koelkast in verwerkt.