

Wrap met rosbief en truffelmayonaise



20 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

| | |
|--------------|----------|
| Energie | 365 Kcal |
| Koolhydraten | 8 g |
| Eiwitten | 31 g |
| Vet | 22.2 g |
| Vezels | 0 g |

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 1 zakje PS. food & lifestyle zalm wrap
- 2 plakjes rosbief
- ½ komkommer
- 10 g rucola
- 1 el mayonaise
- 1 tl truffelolie
- ½ el olijfolie
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Bak één grote pannenkoek van het beslag van de zalm wrap. Laat even afkoelen en meng ondertussen de truffelolie met de mayonaise. Snijd de komkommer in stukjes. Besmeer de wrap met de truffelmayonaise en beleg met de rosbief en de helft van de rucola. Breng eventueel nog op smaak met een beetje peper en zout. Serveer met de komkommer en de rest van de rucola.

TIP: MAAK EEN DRESSING VOOR DE KOMKOMMERSALADE: MENG EEN HALVE EETLEPEL OLIJFOLIE, 1 EETLEPEL AZIJN, 1 THEELEPEL CITROENSAP, FIJNGESNEDEN RODE PEPER EN WAT PEPER EN ZOUT. EN VANAF FASE 2B KUN JE DE WRAP EXTRA LEKKER MAKEN MET WAT ZONGEDROOGDE TOMAATJES.