

Mexicaanse wraps met kip en ananas



15 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie	586 Kcal
Koolhydraten	22.5 g
Eiwitten	51.8 g
Vet	25.9 g
Vezels	27.4 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 2 PS. Mexican wraps
- 100 g kipfilet
- 75 g rode paprika
- 1 bosui
- 30 g sla
- ½ avocado
- 50 g ananas
- ½ rode peper
- 1 tl citroensap
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Snijd de paprika, avocado en ananas in stukjes en de rode peper en bosui in ringetjes. Verhit een grillpan en gril de paprika, peper en bosui gaar en de kipfilet goudbruin en gaar. Gril de ananas circa 2 minuten mee. Snijd de kipfilet in reepjes. Verdeel de sla over de wraps en vul met de gegrilde kipfilet en groenten. Maak af met de avocado en ananas, besprenkel met het citroensap en breng eventueel nog op smaak met peper en zout.