



2A

Vegetarisch

Griekse wrap



Bereidingstijd
20 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Meng de andijvie met de olijfolie. Besmeer de wrap met de tomatenpuree en beleg met de andijvie, sjalot, tomaatjes en de mozzarella. Garneer met de olijven, kappertjes en eventueel de verse peterselie. Verbreek de feta eroverheen en breng eventueel nog wat extra op smaak met wat peper.

Ingrediënten

- ☐ 1 PS. food & lifestyle wrap
- ☐ 3 tl feta ligt (circa 15 g)
- ☐ ¼ bol mozzarella light in stukjes
- ☐ Flinke hand andijvie
- ☐ 7 cherrytomaatjes, gehalveerd
- ☐ ½ el olijfolie
- ☐ 3 tl kappertjes
- ☐ 4 zwarte olijven, gehalveerd
- ☐ 2 tl tomatenpuree
- ☐ ¼ sjalotje in ringen
- ☐ Peper
- ☐ Optioneel: verse peterselie

Voedingswaarden per persoon

Energie	342 kcal
Koolhydraten	10 g
Vet	20 g
Eiwit	25 g