PS. food & lifestyle

3 Vis

Wraps met gerookte zalm en zuivelspread

Bereidingstijd
5 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Besmeer de wraps met de zuivelspread en beleg met de gerookte zalm. Snijd de komkommer in reepjes en de rode ui in ringen. Verdeel samen met de gemengde sla over de wrap en breng op smaak met peper en zout. Rol de wrap op en snijd in reepjes.

Ingrediënten

- [ ] 2 PS. Mexican wraps
- [ ] 120 g gerookte zalm
- [ ] 100 g komkommer
- [ ] 50 g gemengde sla
- [ ] ¼ rode ui
- [ ] 2 el zuivelspread
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**549 kcal**
Koolhydraten	**13 g**
Vet	**29 g**
Vezels	**22 g**
Eiwit	**46 g**