



anou <http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

## . Wraps avocat saumon .



Ingrédients pour 2 personnes :

- 1 avocat
- 1 c.à.c de jus de citron
- 1 c.à.c d'herbes de Provence
- 1 tomate
- 10 cl de crème fraîche épaisse
- 2 galettes de blé boulangère
- 2 tranches de saumon fumé
- 3 feuilles de salade
- 4 cornichons
- Poivre 5 baies

- Émincer l'avocat, le saumon, la salade, les cornichons, la tomate et réserver
- Placer la galette de blé au centre de l'assiette et disposer tous les ingrédients émincés
- Préparer la sauce blanche en mélangeant la crème, le citron, les aromates
- Enrouler le wrap en refermant d'abord les côtés puis le bas
- Couper en deux, à mi hauteur, en biseau, accompagner de la sauce blanche aux herbes. Servir frais

Astuce :

- Composer votre wrap avec du riz, et d'autres ingrédients. Couper en petites rondelles, cela formera des sushis wraps, à accompagner également d'une petite sauce

