

WRAP MET GEROOKTE MAKREEL EN TAPENADE

Lunchgerecht voor 4 personen

Ingrediënten:

- ½ pak (4 stuks) kleine tortillawraps
- ½ krop sla, ca. 8 blaadjes, gewassen en gedroogd
- 1 gerookte makreel (ca. 380 g), schoongemaakt
 - 6 el Tapenade peppersweet*
 - ½ komkommer, in lange repen
- 1 eetrijpe avocado, schoongemaakt en in reepjes
- 1 zoete puntpaprika, zaden verwijderd en in reepjes

Ingrediënten gemarkeerd met een * zijn verkrijgbaar als Fair Trade Original-product

Bereidingstijd: ca. 10 minuten

Bereidingswijze:

- Bedek 4 tortilla's met de knapperige blaadjes sla.
- Meng de gerookte makreel met de tapenade en verdeel dit over de slablaadjes.
- Leg nog een dikke reep makreel-tapenade in het midden van de tortilla.
- Leg daaromheen reepjes avocado, komkommer en zoete puntpaprika en rol de tortilla's op.
- Omwikkel de wraps met huishoudfolie en bewaar ze tot gebruik in de koelkast.
- Verwijder vlak voor het serveren het huishoudfolie en snijd de wraps schuin doormidden.
- Serveer ze in een servet of wikkel ze in een reepje bakpapier en zet vast met (keuken)touw.