



Wrap met kip

4 personen

- 2 Wraps
- 100 gram vegetarische reepjes of kipfilet (gegaard bijv. mediteraans gekruid)
- 80 gram ijsbergsla (gesneden)
- 1/2 rode ui
- 1 tomaat
- 3 eetlepels honing-mosterdsaus

Benodigdheden

- Snijplank
- Mes
- Eetlepel
- Snijd de kipfilet in plakjes
- Pel de ui en snij de ui in dunne reepjes
- Snij de tomaat in plakjes
- Leg de wraps op de plank
- Verdeel de vega-reepjes (of kip), de sla, de ui en de tomaat over het midden van de wrap
- Verdeel de saus over de wrap
- Rol de wrap op en snijd hem in twee helften