

# Wrap végétarien, fromage crémeux, avocat et œuf dur, feuille de romaine

**Recette pour 4**

## Description

Une wrapp végétarien qui comblera facilement vos lunchs sur le pouce.

## L'astuce du chef

Libre choix à vous d'imaginer toutes sortes. de garnitures pour fabriquer vos prochain Wrap.

Vous pouvez y ajouter une sauce de votre choix (mayonnaise, ketchup, ranch...).

## Ingrédients

### Garnitures du Wrap

- 4 Unité(s) Tortilla
- 8 Morceau(x) Fromage vache qui rit
- 4 Unité(s) Oeuf dur
- 2 Tasse(s) Carotte rapée
- 2 Unité(s) Poivron rouge
- 2 Unité(s) Avocat
- 4 Feuille(s) Salade romaine

## Préparation

- Temps de préparation **45 mins**

### Mise en place

Dans une casserole d'eau bouillante, plongez-y les oeufs laissez cuire 10 à 12 minutes. les passer sous l'eau froide, puis les écaler. Les couper en rondelle dans un bol. Ajoutez la chair d'avocat, à l'aide d'une fourchette, mélangez le tout manière guacamole.

Videz et coupez en julienne les poivrons (bâtonnets).

Assurez-vous que les feuilles de salade soient bien propre.

### Montage

Étalez votre tortilla sur la table propre, au centre, badigeonnez généreusement de fromage à la crème. déposez dessus une belle cuillère de salade d'oeufs et avocats.

Ajoutez la julienne de poivron ainsi que les carottes râpées, déposez pour finir la feuille de romaine.

Il ne vous reste plus qu'à le rouler.

Bon appétit !

**Bon appétit!**