EN-442

Wraps de Pointes d'Asperges au Thon et au Saumon

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- Wraps (ou Tortillas)	*2*
- Saumon	*4 tranches*
- Asperges	*20 pointes*
- Thons	*130g*
- Mayonnaise	*1 c à café*
- Ketchup	*1 c à café*
- Paprika	*1 c à café*
- Roquette (Salade)	
- Fromage Frais	*50g*
- Assortiment de Salades	
- Vinaigrette	*maison*
- Sel	
- Poivre	

Recette:

- Pelez les pointes d'asperges.
- Faites-les cuire dans de l'eau bouillante salée pendant 8-9 minutes. Egouttez et réservez.
- Préparez le thon égoutté en le mélangeant avec la mayonnaise, le ketchup, le paprika, sel et poivre.
- Etalez un peu de fromage frais puis de thon sur chacun des wraps.
- Ciselez un peu de roquette puis déposez par-dessus les tranches de saumon.
- Disposez ensuite les asperges (pointes vers l'extérieure du wrap) et roulez le tout délicatement. Réservez dans un papier aluminium au frigo.
- Au moment de servir, déposez un peu de salade au centre des assiettes et répartissez le reste des pointes d'asperges. Nappez de vinaigrette.
- Coupez alors les wraps en 2 puis encore en 2 afin d'obtenir 8 morceaux. Déposez 2 morceaux par assiette (un extérieur avec les pointes et un autre).
- Servez sans attendre.