

Wraps d'Agneau Mariné et Pesto Rouge

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 2 heures

Ingrédients:

- WRAPS (OU TORTILLAS)	2 grands
- FROMAGE FRAIS	80g
- ROQUETTE (SALADE)	un peu
- CAROTTE(S)	2 râpées
- OEUF(S)	1 dur
- GIGOT D'AGNEAU	250g en tranche
- SAUCE TERIYAKI (JAPONAIS-CHINOIS)	1 c à soupe
- SAUCE HOISIN (CHINOIS)	1 c à soupe
- SAUCE AU SOJA	1/2 c à soupe
- GOUSSE(S) D'AIL	1
- PARMESAN EN COPEAUX	40g
- PESTO ROUGE	80g
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Emincez finement la gousse d'ail.
- Coupez la tranche de gigot au couteau en très petits dés.
- Placez-les dans un récipient creux puis ajoutez la sauce teriyaki ainsi que la hoisin et celle au soja. Salez un peu et poivrez. Intégrez également la gousse d'ail émincée. Mélangez et réservez au frais au moins 1 heure.
- Après ce temps, faites revenir la viande marinée dans du beurre chaud et laissez griller (comme pour la viande à pita / kebab).
- Faites chauffer les wraps 45 secondes au micro-onde.
- Nappez-les de fromage frais puis déposez un peu de roquette, des carottes râpées et l'œuf dur coupé en rondelle.
- Répartissez ensuite la viande et tartinez de pesto rouge.
- Saupoudrez enfin de copeaux de parmesan.
- Fermez les bords et roulez le wrap.
- Coupez en deux en biseau et servez sans attendre sur un fin lit de roquette.