

Wraps Thon Hawaïi

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 40 minutes

Ingrédients:

- WRAPS (OU TORTILLAS)	4-5
- THON(S)	450g égoutté
- CURRY	1 c à café
- SAUCE COCKTAIL	5-6 c à soupe
- ANANAS	2-3 tranches
- PECHE(S)	2-3 demis au sirop
- ASSORTIMENT DE SALADES	
- CAROTTE(S)	2 râpées
- OEUF(S)	1-2 durs
- VINAIGRETTE	4 c à soupe (maison DI-109)
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Dans un plat creux, émiettez le thon égoutté puis ajoutez le curry, sel et poivre. Incorporez la sauce cocktail et homogénéisez.
- Egouttez puis coupez les ananas et les pêches en petits dés.
- Ajoutez-les au thon.
- Dans une assiette creuse, écrasez les œufs durs à la fourchette. Salez et poivrez.
- Faites chauffer 30 secondes le wrap au micro-onde.
- Etalez un peu de thon Hawaïi puis les carottes râpées, la salade ciselée et l'œuf dur émietté. Arrosez avec un peu de vinaigrette.
- Fermez et roulez le wrap bien serré. Emballez-le dans de l'aluminium et conservez au frais.
- Au moment de servir, déballez le wrap et coupez-le en biais.

