

Wraps de Thon au Curry, Dés d'Ananas et de Pamplemousse

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 20 minutes

Ingrédients:

- THON(S)	200g au naturel
- WRAPS (OU TORTILLAS)	2
- FROMAGE FRAIS	2 c à soupe
- MAYONNAISE	1 c à soupe
- KETCHUP	½ c à soupe
- CURRY	1 c à café
- ANANAS	1-2 rondelles (frais)
- PAMPLEMOUSSE(S)	1-2 tranches
- SEL	un peu
- POIVRE	

Recette:

- Egouttez le thon.
- Dans un plat creux, mélangez-le avec la mayonnaise, le ketchup, un peu de sel, poivre et le curry. Réservez au frais.
- Coupez l'ananas et le pamplemousse en petits dés et mélangez-les.
- Etalez le fromage frais sur les wraps puis le thon au curry.
- Formez une ligne (la diagonale centrale) avec le mélange de fruits.
- Roulez le wrap bien serré mais pas trop (jus des fruits).
- Réservez au frais dans du papier aluminium.
- Au moment de servir, déballez et coupez les bords puis taillez les wraps en tronçons biseautés.

