

Wraps Thon Mayo

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 40 minutes

Ingrédients:

- THON(S)	3 petites boîtes au Naturel
- CURRY	1 c à café
- MAYONNAISE	2-3 c à soupe
- ASSORTIMENT DE SALADES	
- CAROTTE(S)	2 râpées
- OEUF(S)	3 durs
- WRAPS (OU TORTILLAS)	4
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Nettoyez et essorez la salade.
- Râpez les carottes.
- Faites cuire les œufs 12 minutes dans de l'eau bouillante salée. Refroidissez-les puis écalez-les et écrasez-les à la fourchette.
- Dans un plat creux, placez le thon égoutté, la mayonnaise et le curry. Ecrasez et homogénéisez à la fourchette. Salez et poivrez.
- Faites chauffer un wrap à la fois 45 secondes au micro-onde. Etalez dessus le thon puis des œufs durs écrasés, un peu de salade et de carottes. Roulez le wrap en rabattant les bords. Emballez le rouleau dans du papier aluminium. Placez au frigo. Répétez ces opérations avec les autres wraps.
- Au moment de servir, coupez les wraps en tronçons et servez sur un lit de salade avec une petite vinaigrette.

