

ANIA STARMACH

Łososiowe wrapy piknikowe

Co kupić?

Łososiowe wrapy

- 200g łososia
- 4 tortille kukurydziane
- 4 rzodkiewki
- 1 ogórek
- 1 garść roszponki (lub innej sałaty)
- 1 łyżka miodu
- 1 łyżka sezamu
- 1 łyżka majonezu

sól, pieprz

Sos

- 4 łyżki jasnego sosu sojowego
- 1 łyżeczka soku z cytryny
- 1 łyżeczka miodu

Jak przygotować?

1. Łososia obsyp solą i pieprzem, przysmaż na patelni. Przełóż do formy do pieczenia, posmaruj miodem, obsyp sezamem i piecz w 180 stopniach przez 5–10 minut (w zależności od grubości ryby).
2. Rzodkiewki i ogórka pokrój w plasterki, wymieszaj z sałatą.
3. Składniki sosu wymieszaj i dodaj do warzyw.
4. Łososia rozdrobnij widelcem.
5. Wrapy posmaruj majonezem, dodaj warzywa, łososia.
6. Placki zwijaj, mocno dociskając, zawiń w papier lub folię! Zjedz od razu lub zabierz na piknik ;)