

DINNERLY



Kleurrijke wraps met knapperig spek met aardappels en romanasalade



ca. 45min



2 personen

Wraps zijn het ultieme bezorgsysteem voor allerlei ingrediënten: wat je ook in huis hebt, je kunt er waarschijnlijk wraps mee maken (zolang je tortilla's hebt liggen, natuurlijk...). Wij gaan vandaag op de kleurrijke toer met roze-rode, knapperige bacon, felgroene salade, oranje wortel en rode tomaat. Fris, hartig en ontzettend lekker!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 wortel
- 2 kroppen babyromanasla
- 1 tomaat
- 1 pakje gerookt spek
- 8 high-protein tortilla's²

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 3el mayonaise¹
- 1tl mosterd³
- 1tl honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- aluminiumfolie

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

KOOKTIP

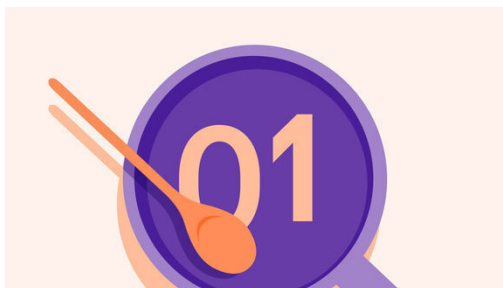
Overgebleven tortilla's kun je invriezen om later voor een ander gerecht te gebruiken.

ALLERGENEN

Eieren (1), Glutens (2), Mosterd (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

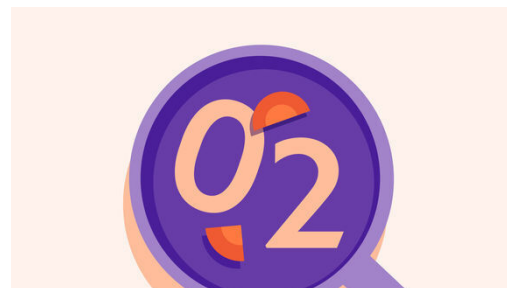
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 759kcal, vet 52.0g, koolhydraten 43.5g, eiwit 24.9g



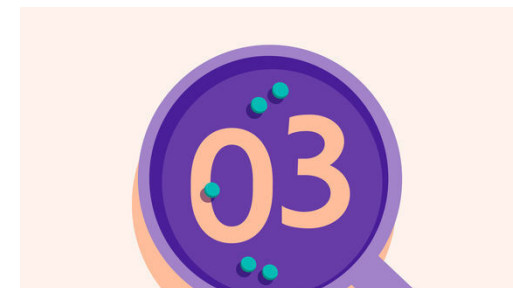
1. Wortel bakken

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Schil of schrob de **wortel**, halveer 'm in de lengte en snij overdwars in plakjes van ca. 3cm dik. Hussel de **wortel** op een bakplaat met bakpapier om met ½el olijfolie en een snuf zout. Leg er 1 ongepelde teen knoflook bij en rooster het geheel ca. 15min in de oven.



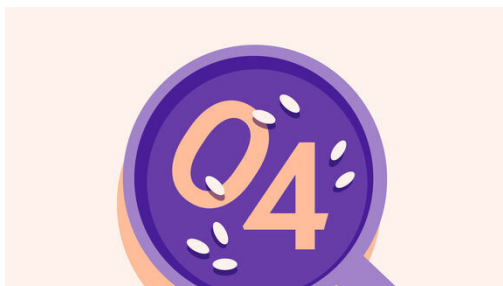
2. Salade voorbereiden

Klop een **dressing** van 1½el olijfolie, 1el witte azijn, 1tl honing, 1tl mosterd en een flinke snuf peper en zout. Verwijder de stronk van de **sla**, haal de bladeren uit elkaar en snij ze grof. Snij de **tomaat** in blokjes van ca. 1cm.



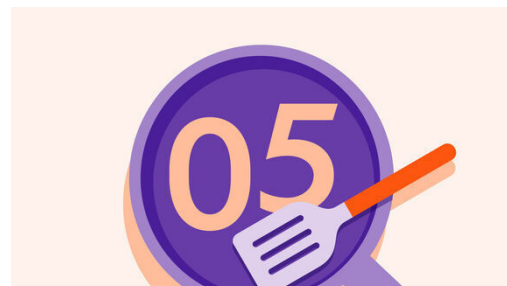
3. Spek bakken

Haal de knoflook van de bakplaat. **Pas op:** heet! Schuif de **wortel** naar 1 helft van de plaat en verdeel het **spek** gelijkmatig over de andere helft. Bak alles nog 10min, tot het **spek** knapperig en de **wortel** gaar is.



4. Tortilla's opwarmen

Stapel 4 **tortilla's** op elkaar, wikkel in aluminiumfolie en verwarm 3-4min in de oven. Druk de knoflook uit het velletje, prak met een vork en meng met 3el mayonaise.



5. Afmaken en serveren

Hak het **spek** in kleinere stukjes. Bestrijk de **tortilla's** met de **knoflookmayo** en beleg naar smaak met **sla**, **tomaat** en **spek**. Vouw de onderkant een stukje naar binnen en vouw dan de zijanten over elkaar. Meng de **wortel**, de **rest van de sla** en de **tomaat** met de **dressing** en serveer met de **wraps**.



6. Worcester-watte?

Als jij bij romanasla, een romige dressing en knoflook ook aan de Caesar Salad moet denken, zit je er niet ver naast: die klassieker inspireert ons bij Dinnerly telkens weer om innovatieve gerechten te bedenken. Als je dat Caesar-gevoel wat wilt versterken, kun je een paar druppels Worcestershiresauce door de dressing mengen.