

Wrap med æg, laks og avocado

Opskrift til 1 wrap med fyld

Samlet tid

10 minutter

Ingredienser

- 1 æg + lidt salt og peber
- 1 tortilla pandekage
- lidt salat
- 2 spsk. hytteost
- et par stykker koldrøget laks
- 1/2 avocado
- en smule frisk dild
- salt og peber

Sådan gør du

1. Lav et spejlæg, som du krydrer med salt og peber.
2. Varm din wrap en smule op, evt. i mikroovnen.
3. Klargør grønt: skyl salat og dup det tørt. Skær avocado ud i skiver
4. Klip din tortilla lidt op som på videoen, og læg spejlæg mm oven på
5. Luk den sammen og spis med det samme