

## *Wraps du Sud au Carpaccio*

**Nombre de personnes: 2**

**Temps de préparation: 30 minutes**

### Ingrédients:

- WRAPS (OU TORTILLAS)	2 grands
- CARPACCIO DE BOEUF	250g
- PIGNONS DE PIN	2-3 c à soupe
- CAROTTE(S)	2
- CHOU BLANC	1/4
- MAYONNAISE	2 c à soupe
- VINAIGRE DE VIN BLANC	2 c à soupe
- OLIVE(S) NOIRE(S)	10 (Nyons)
- PARMESAN RÂPÉ	
- SALADE(S) DE BLÉ	
- CRÈME BALSAMIQUE	
- SEL	
- POIVRE	

### Recette:

- Râpez finement les carottes et le chou.
- Mélangez-les ensemble avec la mayonnaise, le vinaigre de vin, sel et poivre.
- Dénoyautez les olives.
- Grillez à sec les pignons de pin.
- Chauffez les wraps 45-50 secondes au micro-onde.
- Répartissez le carpaccio de bœuf sur la moitié de ceux-ci. Salez et poivrez.
- Ajoutez ensuite la salade de chou-carotte. Déposez quelques olives ainsi que les pignons de pin grillés.
- Ajoutez encore un peu de salade de blé, la crème balsamique et le parmesan.
- Roulez les wraps, emballez-les dans du papier aluminium et conservez-les au frigo.
- Au moment de servir, coupez-les en tronçons et dressez-les sur vos assiettes

