

Wraps au Thon et à l'Avocat

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 40 minutes

Ingrédients:

- Thons	400g au Naturel
- Mayonnaise	2-3 c à soupe
- Ketchup	1 c à soupe
- Paprika	
- Wraps (ou Tortillas)	2
- Fromage Frais	2 c à soupe
- Avocats	1
- Citrons	1 c à soupe de jus
- Sel	
- Poivre	

Recette:

- Pelez l'avocat et coupez-les en tranches. Arrosez-le de jus de citron et poivrez.
- Dans un plat creux, placez le thon égoutté, la mayonnaise, le paprika et le ketchup. Ecrasez et homogénéisez à la fourchette. Salez et poivrez.
- Sur les wraps, étalez une couche de fromage frais puis le thon préparé. Déposez ensuite des tranches d'avocat sur le diamètre.
- Roulez le wrap en rabattant les bords. Emballez le rouleau dans du papier aluminium. Placez au frigo.
- Au moment de servir, coupez les wraps en tronçons.

