

Wrap au poulet

4 pers 10 mn

Les **ingrédients**

- 4 tortillas de blé souples
- 400 g d'aiguillettes de poulet cuites
- 500 g de salade
- 8 tranches d'emmental
- 2 tomates
- 1 carotte
- Crème fraîche
- Moutarde
- Sel, poivre

La **recette**

Etape 1
Dans un récipient, mélanger la crème fraîche et la moutarde.

Etape 2
Tartiner les tortillas de sauce.

Etape 3
Couper la carotte et les tomates en fines tranches.

Etape 4
Sur les tortillas, disposer la salade, les tranches de tomate, les aiguillettes de poulet.
Saler, poivrer.

Etape 5
Enrouler fermement et placer le tout au réfrigérateur dans du papier alimentaire pour garder le wrap compact.

Etape 6
Les couper en diagonale, puis déguster.