



Veggie tortillawrap met gegrilde groenten



Bereidingstijd

30 min tot 1u



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

1 aubergine
1 courgette
1 zoete aardappel
olijfolie
2 uien
2 tomaten
4 tortilla's
1 blik maïs
peper en zout

Bereidingswijze

- 1.** Snij de aubergine en courgette in lange plakjes. Bestrijk lichtjes met olijfolie en gril gaar. Schil de zoete aardappel en snij in plakjes. Stoom of kook deze beetgaar, bestrijk met olijfolie en gril eveneens kort.
- 2.** Snij de uien in kwartjes, bestrijk lichtjes met olijfolie en gril ze gaar.
- 3.** Snij de tomaten in dunne plakjes.
- 4.** Beleg elke tortilla met aubergine, courgette, zoete aardappel, ui, tomaat en maïs. Breng op smaak met peper en zout. Vouw dicht en leg elke tortilla 3 minuten in de grillpan. Draai om en laat nogmaals 3 minuten grillen.
- 5.** Verpak voorzichtig in bakpapier en knoop er een touwtje rond of verpak in aluminiumfolie. Kan koud of lauw gegeten worden.