

Matpakke med Wraps

Er du litt lei av brødskiver og knekkebrød i matpakken? Da kan du gjøre matpakken litt mer spennende med wraps!

Du kan bruke taco lefser, speltlomper eller andre typer lefser/lomper.

Wraps kan fylles opp med omtrent hva som helst, og det er en genial måte å bli kvitt middagsrester på. Her kommer det noen enkle tips til wraps oppskrifter 😊



Steg 1:

Smør på med noe godt som base, for eks. Kremgo, Philadelphia, aioli eller pesto. Veldig godt med litt krydder også, for eks. grillkrydder.



Steg 2:

Legg på litt grønt, det kan være spinat, salat, rucola eller ulike blandinger.



Steg 3:

Legg på litt grønnsaker, som du selv liker.



Steg 4:

Velg en proteinkilde, her har jeg valgt kyllingfilet og vanlig skinke pålegg. Dere kan også ha annet kjøttpålegg, egg eller laks.



Steg 5:

Hvis du liker ost, er det også kjempegodt å ha på. Enten i skiver eller revet.



Steg 6:

Rull dem sammen, og vips så er de klare til å spises 😊



Hilsen Eirin, fra Lysegrønn base