



1A+1B

Wrap Rohschinken und Tomate



Zubereitungszeit
2 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Den Wrap zur Hälfte mit Schmelzkäse bestreichen und die bestrichene Hälfte mit den Zutaten belegen. Den Wrap zur Hälfte falten und zwischen dem Grill erhitzen.

Zutaten

- ☐ 1 PS. food & lifestyle Wrap
- ☐ 40-50 g Rohschinken
- ☐ 1 Tomate, in Scheiben
- ☐ 1 EL Schmelzkäse 20+
- ☐ Handvoll Rucola

Nährwerte pro Person

Energie	278 kcal
Kohlenhydrate	5 g
Fett	14 g
Eiweiß	28 g