

INGREDIËNTEN

1 pot Garden Gourmet Vegan Vuna
4 eieren
1 avocado
Handjevol bieslook
100 ml Griekse yoghurt
1 teentje knoflook

CULINAIRE TIP**extra fris**

beleg met komkommer

Voeg wat extra groenten toe

Beleg de eiwraps met spinazie voor extra groenten

VEGAN TIP:

Gebruik volkoren wraps i.p.v. eieren en plantaardige yoghurt

 2 PORTIES

 19 MIN

Opzoek naar een leuk lunch recept? Probeer dan eens dit leuke en vooral lekkere recept voor een eiwrap met romige vegan tonijn gemaakt door chicks love food!

INSTRUCTIES VOOR BEREIDING**1. Maak de omelets**

Klop de eieren los en breng op smaak met peper. Schenk de helft van het eimengsel in de pan en bak tot je een gare omelet hebt. Herhaal met de rest van het ei.

2. Snijd de avocado en maak de knoflooksaus

Snijd de avocado in plakjes en snijd de bieslook fijn. Meng de bieslook vervolgens met de Griekse yoghurt, het uitgeperste teentje, knoflook en peper.

3. Maak de eiwraps op

Verdeel de avocado, Garden Gourmet Vuna en knoflooksaus over de eiwraps.

**CHECK VOOR MEER RECEPTEN
GARDENGOURMET.NL**