



À
CÔTÉ

PORTIONS : 8 SANDWICHS
CUISSON : AUCUNE

WRAPS AU POULET EFFILOCHÉ

Un sandwich, ça ne doit pas nécessairement se composer d'une tranche de jambon entre deux tranches de pain : optez pour un tortilla que vous garnirez de légumes croquants et de poulet effiloché à la mijoteuse, chaud ou froid. Votre sandwich n'aura jamais eu si bon goût!

INGRÉDIENTS

- 3 poitrines de poulet effiloché
- 2 tasses de bébés épinards
- 1/3 de tasse d'oignons rouges coupés en fines lamelles
- 1/3 de tasse de carottes coupées en fines juliennes
- 1 poivron rouge coupés en lamelles
- 1/3 de tasse de champignons coupés en fines lamelles
- 8 tortillas
- Mayonnaise* et sauce BBQ* au goût

INSTRUCTIONS

1. Sur un tortilla, étendre une ou deux cuillerées de mayonnaise ou de sauce BBQ.
2. Ajouter le poulet, les épinards et les légumes au choix.
3. Rouler le tortilla et maintenir à l'aide d'un cure-dents au besoin.