

WRAPS LIGHT VEGETARIEN

Ingrédients :

Courgette crue : 1

Concombre Noa :1

Philadelphia ciboulette : 1

Wraps

Sel poivre

Faire des spaghettis de courgette et de concombre. Les saler et les mettre dans une passoire pendant 1 heure pour les faire dégorger.

Mélanger les légumes et le philadelphia.

Monter le wrap.....Déguster bien froid!!!!

