

Wrap di protinella con avocado e tonno



*Fino a 15
minuti.*



Semplice



Zubereitung

1. Schiacciare l'avocado, salare e pepare con una forchetta.
2. Mescolare il tonno con la crema di formaggio, l'uovo, il sale e il pepe.
3. Disporre tutti gli ingredienti al centro del wrap e arrotolare il wrap.

Zutaten

Ingredienti per 2 persone:

- 2 involucri
- 1 confezione di palline di Protinella GOLDSTEIG, a pezzi
- 1 scatola di tonno sott'olio, sgocciolato
- 1/2 avocado
- 1 uovo sodo, tagliato a cubetti
- 1/2 lime
- sale e pepe
- 2 cucchiaini colmi di formaggio cremoso

