



Les plats principaux

Wraps croustillants avec haché sur le barbecue

Pour 4 personnes.

Ingrédients

150 grammes de maïs (de la boîte)
4 cuillères à soupe de crème aigre
600 grammes viande hachée
1 courgette (en dés)
1 oignon (ciselé)
4 wraps
1 cuillère à café poudre de paprika
persil plat (finement ciselé)
1 cuillère à café de cumin
pincer poivre de cayenne
huile d'olive
sel

Méthode de préparation

Cuisez le haché avec l'oignon ciselé dans une poêle et ajoutez les dés de courgette et le maïs.

Assaisonnez le tout avec le cumin, le poivre de Cayenne, le paprika et du sel.

Tartinez les wraps avec la crème aigre et déposez un petit tas de farce au persil frais dans le milieu des wraps.

Pliez l'extérieur des wraps vers l'intérieur en 6 rabats et faites-les griller croustillants sur le BBQ des deux côtés pendant 10 minutes.

Ustensiles de cuisine

Barbecue

