

## **Wrap de salmón**



### **Ingredientes para 1 persona**

- 55 gramos de Salmón ahumado
- 25 gramos de Aguacate
- 5 gramos de Rúcula
- 20 gramos de tortilla wrap

### **Preparación**

- 1) Cortar el aguacate y el salmón en finas laminas.
- 2) Rellenar el wrap con los ingredientes colocando primero el aguacate, luego el salmón y por último la rúcula.
- 3) Enrolla el wrap, con cuidado y doblando hacia el interior uno de los extremos. El otro extremo queda abierto.

### **Valor nutricional (por ración)**

Valor energético: 188,60 Kcal.; Proteínas: 15,71 g; Hidratos de carbono: 10,87 g; Grasas: 6,21 g;