Mediterraanse wrap met zongedroogde tomaten en kruidenkaas

Passie voor koken, passie voor veggie!
Grootkeuken en gezondheid gaan al langer dan vandaag hand in hand. Bij Ter Groene Poorte bewijzen ze dat grootkeukenkoks ook de culinaire vinger aan de pols houden.

In samenwerking met Chefs**pro**Veggie ontwikkelden de leerlingen van het 6e en 7e jaar van de afdeling grootkeuken enkele lekkere én gezonde gerechten waarin groenten de hoofdrol spelen. Dit is Andrej's creatie!



Ingrediënten

- 250 gr artisjokbodems - Ardo
- 10 stuks halve avocado - Ardo
- 400 gr maïs - Ardo
- 1 kg Vegan filetstukjes just like chicken - Greenway
- 20 wraps - Verstegen
- 250 gr gran'tapas snacking tomaatjes
- Spicemix del mondo chimichurri PURE (naar smaak) - Verstegen
- Spicemix del mondo mediterraé PURE (naar smaak) - Verstegen
- 6 dl soya cuisine 'op te kloppen' - Alpro
- 400 gr Alpro soya alternatief voor yoghurt Natuur

- 800 gr kruidenkaas
- 150 gr baby leaf
- 2 bundels radijs

Methode

1. Grill de wrap.
2. Bak de vegan 'kip'stukjes in olijfolie en kruid met peper.
3. Klop de soja cuisine op en meng met de mild&creamy natuur en kruid af met Chimichurri kruidenmix, peper en zout.
4. Stoom de artisjok tot de gewenste textuur en snijd in reepjes.
5. Bestrijk de wrap met de roommengeling en verdeel de garnituren.
6. Garnituren: snacking tomaatjes, 'kip'stukjes, artisjok in reepjes, avocado in schijfjes, radijzen in kwartjes, maïs (ontdooid), kruidenkaas in spuitzak.
7. Werk af met Spicemix del monodie Mediterraans en baby leafs.

Fotografie

~~Foodphoto~~

Dit recept is van
Ter Groene Poorte

© ChefsproVeggie

~~info@chefsproveggie.be~~