

Laksewrap med Rørosrømme, ruccola og Dijonsennep



Det er onsdag, det er nytt år, nye muligheter og alt det der. Jeg er med, det er greit, jeg er med. Jeg skal være snill og grei og mye mer tålmodig. Trene, gå turer – i skog og mark. Slutte å være sur om morgenen eller om kvelden, når jeg er trøtt. Stå tidligere opp, være kvikk og blid i stemmen og servere kaffe på sengen. Jeg skal spise sunt og (nesten) ikke spise søtsaker. Jeg skal klare alt, jeg lover virkelig å prøve, MEN jeg NEKTER å spise kjedelig mat. SÅ! derfor lagde jeg smakfulle og (ganske) sunne wraps til lunsj i dag. Prøv de du også! ☐

Laksewrap for hverdagsnytere:

(2 stk)

2 store mandelpotetlefser

4 store skiver røkelaks eller 6 mindre

2 ss Rørosrømme

1,5 ts Dijonsennep

2 never vasket ruccolasalat

rødløk i tynne skiver (mengde etter smak og behag)

salt og pepper

en skvis sitronsaft

Bland sennep og rømme, smak deg frem med litt salt og pepper. Legg lefsene på en brødfjøl. Ha på litt rømmeblanding og smør utover, men ikke helt ut til kantene. Fordel laks, løk og ruccola på midten av lefsene. Skvis over litt sitron. Brett kanten av lefsene på kortsiden inn over fyllet og rull sammen. Skjær i to (på skrå) langs midten og pakk inn som matpakke eller SPIS.

