

Wrap BLT

écrit par Pariseyn | 21 avril 2018



Maintenant qu'on a la recette des galettes moelleuses et des crêpes feuilletées, facile de faire des wraps maison. Ici, on reprend la formule du sandwich anglais BLT (pour Bacon Laitue Tomate) sous forme d'un wrap. On aurait pu tout aussi bien l'adapter à un sandwich baguette, un hot dog ou un hamburger. Le BLT, c'est une formule gagnante à tous les coups !

Ingrédients, pour 4 wraps :

4 [crêpes feuilletées](#) ou 4 [galettes moelleuses](#) du roi Arthur

1 belle tomate

8 tranches fines de bacon

8 feuilles de romaine

4 cuillères à soupe de mayonnaise

4 cuillères à café de moutarde

Sel, poivre

Dans bol, mélanger la mayonnaise et la moutarde. Saler, poivrer et rectifier l'assaisonnement.

Couper la tomate en dés.

Laver, sécher et émincer les feuilles de romaine.

Faire revenir les tranches de bacon à la poêle jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Mélanger les dés de tomate à la mayonnaise, puis répartir sur une première galette.

Parsemer de salade émincée.

Ajouter le bacon en morceaux.

Rouler et filmer serré jusqu'au service pour que les parfums se révèlent.