

## Zutaten

- 2 größere Wraps (z.B. Weizentortillas)
- 2 EL veganes grünes Pesto
- 2 mittlere Karotten
- 2 Salatblätter (z.B. Romanasalat)
- etwa 100 g Hummus (Fertigprodukt)



## Vegane Wrap mit Hummus und Pesto

2 Portionen  
10 Minuten

**1. Gemüse vorbereiten:** Die Karotte säubern, schälen und grob reiben. Den Salat waschen und gründlich trocknen.

**2. Wraps belegen:** Etwa 1 EL Pesto auf jeden Wrap streichen. Anschließend die Salatblätter und die geriebene Karotte gleichmäßig darauf verteilen.

**3. Hummus hinzufügen und servieren:** Den Hummus großzügig über das Gemüse geben. Die Wraps eng zusammenrollen und sofort servieren.

**Tipp:** Der vegane Wrap mit Hummus kann auch einen Tag vorher zubereitet werden. Dafür luftdicht z.B. in einer Brotbox im Kühlschrank lagern.

waffoodies