

Wraps fraîcheur aux écrevisses

à la mangue et graines de carvi



Pour 4 wraps :

Préparation : 20 minutes

- 4 tortillas

Garniture :

- 60 g de jeunes pousses d'épinard

- 1/2 mangue

- 100 g d'écrevisses

- Graines de carvi

Sauce cocktail :

- 5 c à soupe de mayonnaise

- 1 c à soupe bombée de ketchup

- 1 c à café de whisky (ou cognac)

- 1 c à café de sauce worcestershire

- 3 gouttes de tabasco

Préparez la sauce cocktail : Dans un petit bol, mélangez la mayonnaise avec le ketchup, le whisky, la sauce worcestershire, le tabasco. Rectifiez l'assaisonnement à votre goût si besoin. Réservez au réfrigérateur le temps de préparer les autres ingrédients.

Préparez la garniture : Pelez et coupez la mangue le long du noyau. Coupez une partie en fines tranches.

Lavez les jeunes pousses d'épinard et essorez-les.

Placez une tortilla sur une surface plate. Badigeonnez de sauce cocktail. Disposez une petite portion de jeunes pousses d'épinard. Posez 3 tranches de mangue. Répartissez quelques écrevisses. Parsemez de graines de carvi (quantité à votre goût).

Rabattez le côté gauche et droit (ou le contraire peu importe) vers le centre sans rejoindre les bords. Repliez la partie inférieure puis enroulez en serrant bien.

Coupez en biais à l'aide d'un couteau bien tranchant.

Renouvelez l'opération pour les 3 autres tortillas.

Réservez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.