



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Wraps med ricotta, grön sparris och rucolapesto

### Rucolapesto

Citron ½ st  
Solroskärnor 20 g  
Rucola 15 g  
Vitlök ½ klyfta  
🏠 Olivolja 1 msk  
🏠 Vatten 1 msk  
🏠 Salt  
🏠 Svartpeppar

### Råstekt sparris

Grön sparris 1 knippe  
🏠 Olivolja  
🏠 Flingsalt

### Till servering

Cocktailtomater 125 g  
Tortillabröd ½ förp  
Ricotta ½ förp  
Rucola 15 g  
Ärtskott 1 förp

- 1. Rucolapesto:** Skölj citronen i ljummet vatten och finriv skalet. Lägg solroskärnor (se tips!), rucola, pressad vitlök, citronskal, pressad citronsaft (ca 1 msk), olivolja och vatten i en mixerbunke.
- 2.** Mixa till en slät pesto. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
- 3. Råstekt sparris:** Skär bort den nedersta roten från sparrisen (ca 2 cm). Hetta upp lite olivolja i en stekpanna. Stek sparrisen runt om ca 2 min. Krydda med lite flingsalt.
- 4.** Halvera cocktailtomater.
- 5.** Fyll tortillabröd med ricotta, cocktailtomater, rucola, råstekt sparris, ärtskott och rucolapesto.

**TIPS!** Rosta gärna solroskärnorna i en torr och het stekpanna tills de är gyllenbruna!