

# WRAP DE AVEIA COM SALMÃO



## CONFEÇÃO

1. FLOCOS DE AVEIA: triturar na VELOC 10, 9 MINUTOS, LÂMINA TRITURAR/AMASSAR ( é possível em menos tempo já estar em farinha);

---
2. Para a massa juntei tudo na CICI com a Lâminia Misturar, velocidade 9, durante 1 min, 30 seg

---
4. Aquecer muito bem a frigideira.. e juntar azeite ou leite de coco ( para não agarrar), ou sem nada.

---
6. Depois de feita, juntar alface, salmão fumado, e para quem quiser adicionar um molho ( eu coloquei maionese light).  
Simples e uma refeição fácil e rápida :)

---

## INGREDIENTES

- INGREDIENTES:
- 1 OVO
- 150GR FARINHA AVEIA
- 250ML LEITE MAGRO