Wraps veganos de coliflor

Raciones para 4

- ❏ **200 gr** Arroz integral
- ❏ Aceite de oliva
- ❏ **1** Coliflor
- ❏ Sal
- ❏ **130 gr** Garbanzos cocidos
- ❏ **1 Cda** Comino
- ❏ **1 Cdita** Canela
- ❏ **2 Cditas** Ajo en polvo
- ❏ **2 Cditas** Pimentón
- ❏ Sal
- ❏ **2 Cdas** Salsa picante
- ❏ Cilantro fresco
- ❏ **4** Tortillas de trigo
- ❏ **80 gr** Espinaca baby

1. Rehogar el arroz en una olla con un chorrito de aceite. Cubrir con el agua y dejar cocer a fuego medio durante 35 minutos.
2. Trocear la coliflor y cocer en agua hirviendo con una pizca de sal durante 5 minutos o hasta que esté tierna (pero no se deshaga). Colar.
3. En una sartén saltear la coliflor junto con los garbanzos escurridos y las especias. Añadir la salsa picante. Mezclar en un bol la coliflor junto al arroz y el cilantro picado.
4. Repartir el relleno de coliflor entre las tortitas de trigo y añadir unas hojas de espinaca baby.
5. Cerrar los wraps y dorar en el elite grill.

Notas del Chef

https://cookinglovers.teka.com/es/receta/wraps-coliflor/