

Kids Full-o-Falafel Bento Box

with Hummus and Dippers

5 Minutes

Start here

Before starting, wash and dry all produce.

Bust out

Paper towels

Ingredients

	2 Person
Falafel	8
Hummus	1 cup
Naan Bread	2
Mini Cucumber	132 g
Red Grapes	170 g
Tzatziki	56 ml

Allergens

Hey home cooks! Please refer to our meal kit labels for the most current allergen information.

Ingredients are packaged in a facility that also handles egg, fish, crustacean, shellfish, milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.



1 Prep

Cut **naan** into **8 equal wedges**. Quarter **cucumber** lengthwise.



2 Heat falafel

Wrap **naan wedges** in paper towel, then place on a microwave-safe plate with **falafel**. Microwave on high for 1 min. (**NOTE:** You can skip this step if you don't want to warm the naan and falafel!)



3 Finish and serve

Serve **hummus** and **tzatziki** with **falafel**, **cucumbers** and **naan wedges**. Eat **grapes** on the side.

Boîte bento remplie de falafels avec hummus

5 minutes

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes

Matériel requis

Essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes
Falafels	8
Hummus	1 tasse
Pain naan	2
Mini concombre	132 g
Raisins rouges	170 g
Tzatziki	56 ml

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.



Préparer

Couper le **pain naan** en **8 quartiers de taille égale**. Couper les **concombres** en quartiers, sur la longueur.



Faire chauffer les falafels

Emballer les **pains naan** dans un essuie-tout, puis les placer avec les **falafels** dans une assiette allant au micro-ondes. Faire chauffer à température élevée pendant 1 minute. (**REMARQUE** : Cette étape est facultative.)



Terminer et servir

Servir le **hummus** et le **tzatziki** avec les **falafels**, les **concombres** et les **quartiers de pain naan**. Manger les **raisins** en accompagnement.