

# Kids Mini Hummus Pinwheels

with Feta and Cucumbers

15 Minutes

## Start here

Before starting, wash and dry all produce.

## Bust out

Paper towels

## Ingredients

|                       | 2 Person |
|-----------------------|----------|
| Flour Tortillas       | 6        |
| Hummus                | 8 tbsp   |
| Feta Cheese, crumbled | ½ cup    |
| Mini Cucumber         | 132 g    |
| Carrot, julienned     | 56 g     |
| Gala Apple            | 2        |

## Allergens

Hey home cooks! Please refer to the website or app for the as-prepared recipe nutritional 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

- Halve **cucumbers** lengthwise, then cut into ½-inch spears.



## 2 Warm tortillas

- Wrap **tortillas** in paper towels. Microwave until **tortillas** are warm and flexible, 1 min. (**TIP:** You can skip this step if you don't want to warm the tortillas!)



## 3 Assemble pinwheels

- Working with **one tortilla** at a time, spread **hummus** evenly over **one side of tortilla**, then top with **cucumber spears** and **carrots**. Sprinkle **feta** over top, then roll **tortilla** tightly to close.
- Cut **tortilla** crosswise into 2-inch bites.
- Repeat with **remaining tortillas**.



## 4 Finish and serve

- Peel, core, then cut **apple** into ½-inch slices.
- Plate **mini hummus pinwheels** with **sliced apple** alongside.

# Mini rouleaux au hummus pour enfants avec feta et concombres

15 minutes

## D'abord

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

## Matériel requis

Essuie-tout

## Ingrédients

|                       | 2 personnes  |
|-----------------------|--------------|
| Tortillas de farine   | 6            |
| Hummus                | 8 c. à soupe |
| Feta, émietté         | ½ tasse      |
| Miniconcombre         | 132 g        |
| Carotte, en juliennes | 56 g         |
| Pomme Gala            | 2            |

## Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

*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.*



## 1 Préparer

- Couper les **concombres** en deux sur la longueur, puis en bâtonnets de 1,25 cm (½ po).



## 3 Assembler les rouleaux

- Tartiner le **hummus** uniformément d'un côté de **chaque tortilla**, puis garnir de **concombres** et de **carottes**. Parsemer de **feta**, puis rouler les **tortillas** en serrant pour les fermer.
- Couper les **tortillas** sur la largeur en bouchées de 5 cm (2 po).



## 2 Faire chauffer les tortillas

- Envelopper les **tortillas** dans un essuie-tout. Faire chauffer au micro-ondes pendant 1 min ou jusqu'à ce qu'elles soient chaudes et souples. (**CONSEIL** : Cette étape est facultative!)



## 4 Terminer et servir

- Évider, puis couper la **pomme** en tranches de 1,25 cm (½ po).
- Répartir les **mini rouleaux au hummus** et les **pommes tranchées** dans les assiettes.