

## Mexicaanse sprinkhaan tortilla's

### Bereiding

- Week de sprinkhanen 24 uur van tevoren in schoon water.
- Kook de sprinkhanen en laat deze daarna 30 min drogen.
- Bak de sprinkhanen vervolgens in een pan/wok samen met de knoflook, ui, zout en citroen.
- Stop de tortilla's ong. 20 seconde in de magnetron.
- Smeer de tortilla's lekker dik in met de guacamole en een beetje chilisaus.
- Besprenkel daarna de ijsbergsla en de sprinkhanen naar eigen inzicht over de tortilla.
- Rol ze dicht en klaar!

### Ingrediënten

- Ongeveer 100 sprinkhanen
- 1/2 kop chilisaus
- Snufje zout
- 1 teentje knoflook
- 1 ui
- 1 citroen
- 1 kopje guacamole
- 6 tortilla's/wraps
- Ijsbergsla

Meer recepten en achtergrondinformatie op:  
[www.tessahort.wixsite.com/insecteneten](http://www.tessahort.wixsite.com/insecteneten)

