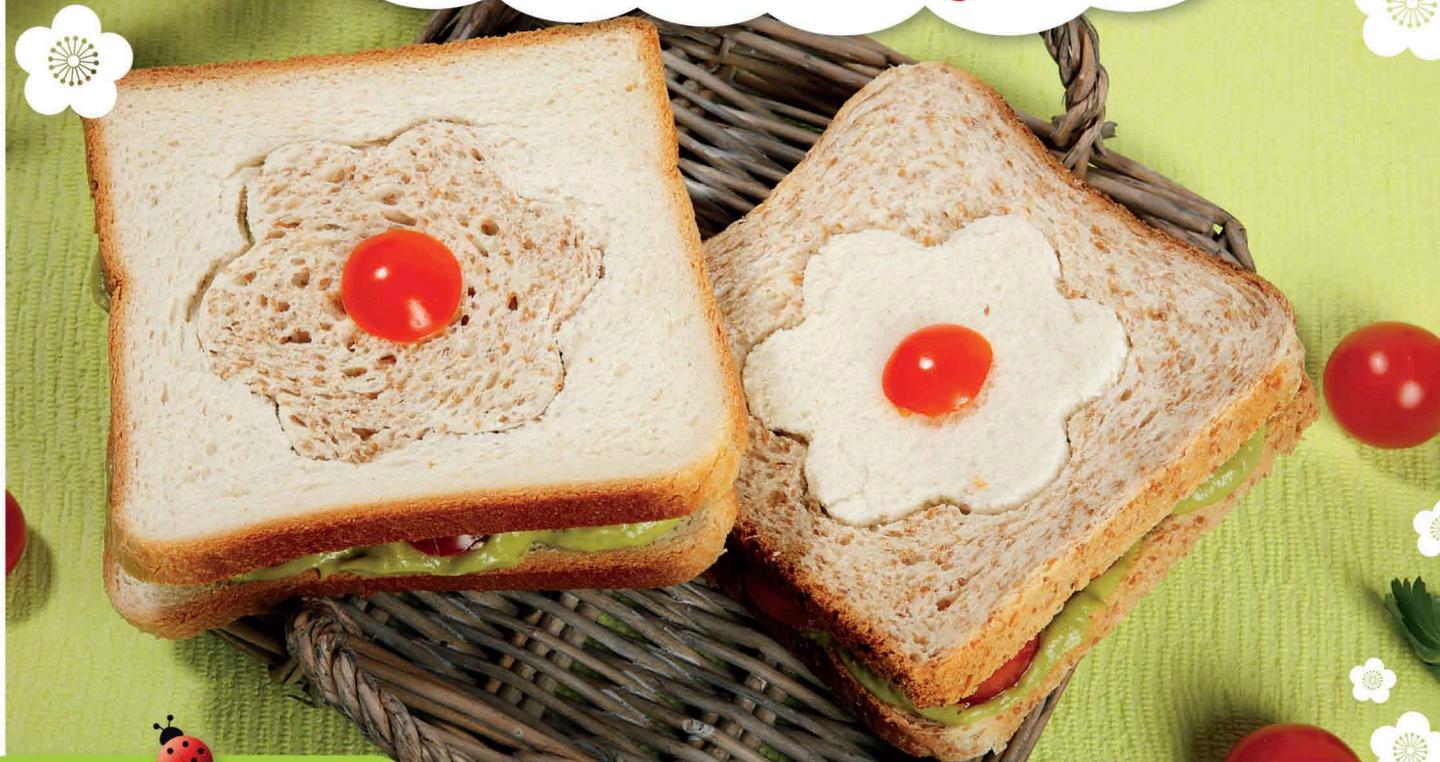


Sandwichs fleuris



IL TE FAUT : Pour 2 sandwichs

- 2 tranches de pain de mie blanc
- 2 tranches de pain de mie complet
- 100 g de crème d'avocat (guacamole ou autre crème)
- 1 dizaine de tomates cerises
- environ 50 g de fromage feta

Astuce

Fais ta crème d'avocat !

Mélange la chair d'un avocat bien mûr, 70g de chèvre frais (type "Petit Billy" ou "Chavrou") et une cuillerée à café de jus de citron.

1 Étale du guacamole sur deux tranches de pain (une de pain blanc, une de pain complet). Ajoute des tomates coupées en rondelles et des morceaux de feta.

2 À l'aide d'un emporte-pièce, découpe une fleur au centre de chaque tranche qu'il te reste.

3 Mets la fleur blanche dans la tranche de pain complet trouée et la fleur de pain complet dans la tranche de pain blanc. Referme le sandwich. Place une rondelle de tomate cerise pour faire le cœur des fleurs. Et régale-toi !



Attention, toutes les recettes sont à réaliser avec l'aide d'un adulte !

Ces pages vous sont offertes
par le magazine

MANON

Téléchargé sur le site

vos questions
deparents.fr