Croque-monsieur roulé

Avec Vita+ Céréales Complètes

Plat principal En-cas

4 à 6 personnes

20 min



Cette variante originale du croque-monsieur classique s'inspire du régime méditerranéen. Il combine du pain complet riche en fibres avec d'autres saveurs méditerranéennes typiques. Cette délicieuse version méditerranéenne du croque-monsieur traditionnel est rapide, facile à préparer et elle est délicieuse aussi !

Ingrédients

- 1 pain Vita+ Céréales Complètes non coupé ou coupé dans le sens de la longueur
- 150 g de chorizo coupé en tranches
- 200 g de fromage de chèvre frais
- 50 g de tapenade d'olives
- Huile d'olive

1. Préchauffez le four à 175°C.
2. Si votre pain n'est pas encore coupé, coupez le pain dans le sens de la longueur. Enlevez les croûtes et aplatissez les tranches avec un rouleau à pâtisserie.
3. Étalez le fromage de chèvre frais sur les tranches de pain. Ajoutez ensuite de la tapenade d'olives et des tranches de chorizo sur chaque tranche de pain.
4. Roulez chaque tranche de pain avec les ingrédients à l'intérieur pour obtenir de beaux rouleaux. Appliquez de l'huile d'olive sur chaque rouleau avec un pinceau de cuisine.
5. Faites cuire au four pendant 10 minutes à 175°C.

Conseil: faites des croûtons sains à partir des croûtes de pain restantes en les coupant en morceaux et en les cuisant dans une casserole. Les croûtons de blé entier sont un bel ajout croquant à une salade fraîche ou donnent un croquant supplémentaire à votre soupe préférée.

Matériel

- Rouleau à pâtisserie
- Pinceau de cuisine



Cette recette est faite avec Vita+ Céréales Complètes

Avec 40% de grains complets, ce pain complet est riche en fibres. Que vous alliez au petit-déjeuner ou au déjeuner, le goût délicieux de ce pain se marie parfaitement avec les garnitures sucrées ou salées.