

TARTINE DE PAIN COMPLET, SAUMON, CHÈVRE, RADIS & AVOCAT



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- 2 belles tranches de pain complet, aux céréales ou aux graines
- Saumon fumé 60 à 100g
- Chèvre frais 60 à 80g
- 1 avocat
- 6 beaux radis
- 1/2 citron jaune (jus)
- Herbes aromatiques
- Poivre
- Sésame 1 càs

Astuces :

- Remplacer le saumon par du jambon blanc, jambon cru ou magret de canard séché.
- Remplacer le fromage de chèvre par un autre fromage : bleu, mimolette, comté ou fromage frais à tartiner.
- Et pourquoi pas du houmous ou de la crème de betterave (**recettes sur le blog**).

Préparation : 15 minutes | Pas de cuisson
Pour 2 grandes tartines (2 personnes)

1. Découper des **fines tranches** de pain.
2. Découper le saumon fumé en fines lamelles puis en **petits morceaux** .
3. Laver les radis, enlever les extrémités et les découper en **fines rondelles** .
4. Couper l'avocat en 2, retirer le noyau et le couper en **fines lamelles** .
5. Dans un **petit bol** : **mélanger** le chèvre frais, le poivre et les herbes ciselées.
6. Sur les tranches de pain : **tartiner** avec le mélange chèvre/poivre/herbes.
7. **Déposer** les lamelles d'avocat, les rondelles de radis, les morceaux de saumon.
8. **Parsemer** de sésame et d'herbes aromatiques, **verser** quelques gouttes de jus de citron jaune et servir.

En coopération avec :



@Recettes100faim.fr