

CROQUE MONSIEUR



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- 4 tranches de pain de mie complet, aux céréales ou blanc
- 1 tranche de jambon blanc (ou blanc de dinde/poulet)
- Gruyère râpé 50g
- **Sauce béchamel** sur 200mL de lait (*recette sur le blog*)
- En accompagnement : salade verte + **sauce vinaigrette au citron** 🍋 (*recette sur le blog*)

Astuces :

- Jambon blanc, blanc de dinde ou blanc de poulet.
- Réaliser la béchamel en remplaçant le lait par de l'eau et du bouillon.
- Varier les fromages : bleu, mimolette, comté...

Préparation : 10 minutes | Cuisson : 20 à 30 minutes
Pour 2 croque Monsieur

1. Préchauffer le four à **180°C**.
2. Préparer la **sauce béchamel** (clic pour voir la recette).
3. **Découper** la tranche de jambon en 4.
4. Sur 2 tranches de pain de mie : **étaler** de la béchamel.
5. Sur **une tranche** : parsemer de fromage, déposer 1/2 tranche de jambon blanc et parsemer de fromage.
6. **Déposer** l'autre tranche de pain de mie sur la 1ère.
7. **Sur le dessus** du croque Monsieur : étaler de la sauce béchamel et parsemer de fromage.
8. Enfourner entre **20 à 30 minutes** (le temps de cuisson peut varier selon les fours) jusqu'à ce que le fromage soit **gratiné**.
9. Servir avec de la salade verte et une **vinaigrette au citron** 🍋



@Recettes100faim.fr