

FICHE DE RECETTE

Sandwich à l'italienne

Claude Pohlig

Légumes de saison - focus sandwichs 25/06/2025

| | |
|-----------------------|----------|
| Type de recette | Sandwich |
| Nombre de portions | 4 |
| Temps de préparation | |
| Prix / Portion (HT) : | |

INGRÉDIENTS

| PRODUIT | QUANTITÉ | UNITÉ |
|---|----------|-------|
| Courgettes | 2 | pce |
| Tomates | 2 | pce |
| Basilic | 0,5 | Botte |
| Roquette | 0,5 | Botte |
| Pignons de pin (ou amandes blanches) | 50 | gr |
| Burrata (ou mozzarella di buffala ardena) | 2 | pce |
| Parmesan | 50 | gr |
| Huile d'olive | 30 | cl |
| Sel | | |
| Poivre | | |
| | | |
| | | |
| | | |

DESCRIPTION DE LA RECETTE

Préparation des courgettes

Couper les **courgettes en rondelles**.

Les badigeonner légèrement d'**huile d'olive**.

Cuire au **four à 165°C** jusqu'à ce qu'elles soient tendres et légèrement dorées.

Préparation du pesto maison

Huiler légèrement les **feuilles de basilic**, puis les mixer.

Ajouter :

Du **parmesan râpé**

Des **pignons de pin moulus**

Mélanger à la cuillère pour garder une texture rustique.

Saler selon le goût.

Préparation des autres ingrédients

Monder les **tomates** et les couper en **tranches fines**.

Égoutter la **burrata** ou la **mozzarella**, puis la couper en **6 tranches**.

Montage

Disposer les **rondelles de courgettes rôties** sur le pain.

Ajouter les **tranches de mozza**.

Déposer les **tranches de tomate**.

Napper d'un peu de **pesto**.

Terminer avec quelques **feuilles de roquette fraîches** pour la touche piquante.



