



Tartines et sandwichs

Club sandwich



30 min 20 min 10 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

508

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le club sandwich

12 tranche(s) **Pain de mie**
2 **Blanc(s) de poulet**
4 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
4 **Tomate(s)**
8 feuille(s) **Salade(s)**
120 g **Mayonnaise**

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Faire durcir 10 minutes les oeufs dans de l'eau bouillante.
- 2 Toaster les tranches de pain de mie des deux côtés.
- 3 Couper les blancs de poulet en morceaux.
- 4 Laver et couper les tomates en tranches.
- 5 Ecaler les oeufs durs.
- 6 S'ils sont trop chauds, les passer sous l'eau froide quelques instants afin de pouvoir ôter la coquille sans se brûler.
- 7 Couper les oeufs durs en tranches.
- 8 Préparer les feuilles de salade.

Étape 2

Dressage

- 1 Tartiner 2 tranches de pain de mie de mayonnaise.
- 2 Disposer des tranches de tomate puis des morceaux de poulet et enfin de tranches d'oeuf dur ainsi que la salade.
- 3 Disposer une tranche de pain de mie et renouveler

l'opération.

- 4 Finir avec une dernière tranche de pain de mie.
- 5 Planter deux pics dans le sandwich dans deux coins opposés.
- 6 Cela permet d'éviter que les étages du sandwich ne s'écroulent.
- 7 Parer les bords du sandwich puis couper le sandwich en deux dans le sens de la diagonale.