



Tartines et sandwiches

Croque piquante au pain suédois



35 min 20 min 15 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

393

CALORIES

Ingrédients
pour **4** personnes

8 tranche(s) **Pain Suédois**
40 g **Chorizo**
40 g **Mimolette**
50 g **Oignon(s)**
100 g **Aubergine**
100 g **Courgette**
100 g **Tomate(s)**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Eplucher et hacher l'oignon.
- 2 Laver, sécher puis couper les aubergines et les courgettes en petits cubes. Ne pas les mélanger.
- 3 Monder les tomates. Les couper en cubes.
- 4 Mettre une poêle à feu moyen, ajouter l'huile et quand elle est chaude ajouter l'oignon.
- 5 Laisser l'oignon jusqu'à ce qu'il devienne transparent et commence à dorer.
- 6 Ajouter l'aubergine et poursuivre la cuisson pendant 3 minutes en remuant bien.
- 7 Ajouter les courgettes puis les tomates, saler et poivrer. Remuer et poursuivre la cuisson encore 3 minutes. Prolonger la cuisson quelques minutes si les légumes sont encore trop croquants.

Étape 2

Cuisson et dressage des croques

- 1 Couper en dés le chorizo et la mimolette. Ajouter le chorizo et la mimolette aux légumes et remuer.
- 2 Répartir le mélange sur 4 petits pains suédois puis les

refermer avec les 4 restants. Couper en deux les croques et les servir de suite pour les déguster froids.

- 3** Pour les déguster chaud, mettre dans un four préchauffé à 180°C (Th.6) pendant 5 minutes puis couper en 2 ou en 4 et servir aussitôt.