

LE TRADI'SNACK



Ingrédients pour la béchamel maison (25 sandwiches)

- 75 grs de beurre doux
- 75 grs de farine
- 300 grs de lait
- 200 grs de crème liquide (35 % MG)

Ingrédients pour une Tradi'Snack

- 65 grs de pain de tradition
- 25 grs de béchamel
- 20 grs de dés de jambon cuit
- 14 grs de fromage de chèvre en tranche

Préparation de la béchamel

Préparez un roux, en faisant fondre le beurre puis en ajoutant la farine.

Faites bouillir le lait, puis ajoutez-le au roux.

Détendez à la crème liquide au batteur.

Préparation de la Tradi-Snack :

Étalez la pâte de tradition.

Découpez des morceaux de 65 grs et déposez-les dans un moule (ou façonnez en baguette).

Laissez pousser puis aplatissez au centre.

Étalez la béchamel et déposez vos ingrédients. Faites cuire à 220° de 12 à 15 minutes.

Le sandwich est prêt à être dégusté

En variante, vous pouvez également remplacer la garniture par 50 grs de légumes de soleil en lanières ou 30 grs de concassé de tomate et 10 grs d'emmental râpé.

BON APPETIT !!!!!