SANS CUISINER

Tartine géante

saumon fumé & fromage frais

✦ ✦ ✦

TEMPS	PORTIONS	L'ATOUT
7 min	1	Chic sans effort

⚡ Express · Léger

Ingrédients

- 1 grande tranche de pain complet
- 2 tranches de saumon fumé
- 2 c. à s. de fromage frais
- Concombre, aneth
- Citron, poivre

Préparation

1. Tartine le pain de fromage frais.
2. Dépose le saumon fumé et les lamelles de concombre.
3. Un filet de citron, de l'aneth, du poivre.
4. Et voilà un repas qui a de l'allure.

POURQUOI ÇA MARCHE

Zéro cuisson, 5 minutes, et ça a l'air d'un brunch de restaurant. Le saumon apporte les bonnes graisses et les protéines, le pain complet l'énergie. Idéal le soir quand tu veux un truc léger, joli et sans vaisselle.