



Préparer des toasts hollandais sains



Ingrédients

- 2 tranches de fromage jeune biologique
- 4 tranches de pain de campagne
- 0.5 cuillère à soupe de moutarde au miel
- 0.5 tomate ou morceau de concombre, coupé en fines tranches
- 2 tranches de blanc de poulet fumé ou de jambon

Vous cherchez un déjeuner rapide et sain ? Essayez nos délicieux tosti hollandais sains. Ce sandwich est non seulement savoureux, mais aussi nourrissant. Avec du fromage jeune biologique, de la viande maigre et une touche de moutarde, c'est un régal savoureux. Parfait pour un repas rapide ou comme en-cas. En 15 minutes seulement, ce sandwich croustillant est sur la table. Ajoutez vos légumes préférés pour plus de croquant.

La préparation

- 1: Placer les tranches de pain côte à côte, les tartiner de moutarde et les recouvrir d'une tranche de fromage.
- 2: Répartir les tranches de tomate ou de concombre sur 2 tranches et recouvrir de blanc de poulet ou de jambon. Recouvrir de fromage.
- 3: Faire frire les sandwiches jusqu'à ce qu'ils soient dorés dans un appareil à sandwich, un gril de contact ou une poêle à frire.
- 4: Couper le sandwich en diagonale.

Prêt à préparer du pain grillé hollandais ?

Le tosti hollandais sain est un classique avec une touche de santé. Il se compose de fromage jeune biologique, de tomates, de blanc de poulet (ou de jambon) et d'une touche de moutarde au miel sur du pain de campagne. Ou expérimentez avec vos propres ingrédients. Vous avez le choix. Rapide, nourrissant et tellement délicieux ! Commandez le fromage nécessaire dans notre boutique en ligne et dégustez ce plat savoureux. Goûtez-le !