

Un peu de fraîcheur pour les beaux jours !

Chèvres chauds et crudités

Pour 4 couverts :

- 16 petits chèvres chauds
- 4 tranches de pain
- 1 grosse salade verte
- 2 tomates
- 2 carottes
- 1 échalote
- huile de sésame
- 2 gousses d'ail

Préparation :

- Nettoyer et essorer la salade, nettoyer et couper les tomates, peller et râper les carottes, et émincer l'échalote.
- Couper les tranches de pain en dés et émincer l'ail.
- Chauffer une poêle avec 2-3 c. à soupe d'huile et l'ail, puis y faire revenir les dés de pain jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
- Cuire les chèvres chauds à la poêle sans matière grasse.
- Mélanger les crudités, l'échalote et les croûtons maison et assaisonner.



Bon appétit !