



CLUB SANDWICH HÔTEL

POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

8 TRANCHES DE PAIN DE MIE
4 TRANCHES DE POITRINE FUMÉE FINES
2 ŒUFS DURS
80G DE FILET DE POULET RÔTI ÉMINCÉ
MAYONNAISE ALLÉGÉE
BATAVIA

PRÉPARATION

- Laver la batavia, l'égoutter et l'émincer.
- Détailler les œufs en rondelles.
- Toaster le pain.
- Faire rôtir la poitrine fumée au four à 220°C 5 minutes ou à la poêle.
- Laisser refroidir.
- Tartiner 4 tranches de pain de mie avec la mayonnaise.
- Disposer le poulet émincé.
- Ajouter les œufs, la salade et la poitrine grillée.
- Couper le sandwich en 2 en diagonale et disposer sur une assiette.



DONNÉES NUTRITIONNELLES PAR PORTION

Pour 74g - 160 Kcal :

Glucides : 15,7g dont Sucres : 3,7g,

Lipides : 7,3g dont AG Saturés : 1,7g,

Protéines : 7,9g, Sel : 0,9g, Fibres : 0,9g,

Fer : 2,4mg



ALLERGÈNES : LAIT - BLÉ/GLUTEN - ŒUF - SULFITES - MOUTARDE