

FICHE RECETTE .

LE PAN BAGNAT



PAR LE CHEF OLIVIER VINCENT



4 PERSONNES

FACILE

15 MINUTES

INGRÉDIENTS

4 PETITS PAINS RONDS

2 TOMATES

2 PETITS OIGNONS

2 ŒUFS DURS

1 POIVRON VERT

80 GR DE MIETTES DE THON

8 FILETS D'ANCHOIS AU SEL

QUELQUES RADIS

QUELQUES OLIVES NOIRES DE NICE

QUELQUES FEUILLES DE BASILIC

HUILE D'OLIVE

VINAIGRE

1 GOUSSE D'AIL

SEL ET POIVRE

PRÉPARATION

1. DÉCOUPER LES PAINS ET FROTTER LA MIE AVEC LA GOUSSE D'AIL, SELON VOS GOÛTS.
2. VERSER L'HUILE D'OLIVE ET LE VINAIGRE À VOTRE CONVENANCE.
3. LAVER LES TOMATES PUIS LES DÉCOUPER EN RONDELLES.
4. ÉPLUCHER LES OIGNONS ET LES COUPER EN RONDELLES.
5. FAIRE CUIRE LES ŒUFS DURS ET LES COUPER EN RONDELLES.
6. TAILLER LE POIVRON VERT EN PETITS DÉS.
7. RÉSERVER LES INGRÉDIENTS POUR LE MONTAGE DU SANDWICH.

PLACE AU DRESSAGE

SUR LA PARTIE INFÉRIEURE DU PAIN, AJOUTER EN PREMIER LIEU LES TOMATES, LES OIGNONS, LE POIVRON, LES RADIS ET LES OLIVES. UNE FOIS LES LÉGUMES EN PLACE, AJOUTER LES ŒUFS DURS, LES MIETTES DE THON ET LES FILETS D'ANCHOIS. ASSAISONNER LE TOUT ET RECOUVRIR LE MÉLANGE AVEC LA PARTIE SUPÉRIEURE DU PAIN. BIEN APPUYER SUR LE DESSUS DU PAIN AFIN QUE TOUS LES ÉLÉMENTS SE TIENNENT BIEN.

LE TOP

VOUS POUVEZ AGRÉMENTER VOTRE PAN BAGNAT AVEC LES INGRÉDIENTS QUI VOUS PLAISENT : FÉVETTES, ARTICHAUT VIOLET, CÉBETTE, CÉLERI, CITRON, CONCOMBRE, SALADE... LAISSEZ LIBRE COURS À VOTRE IMAGINATION ET CRÉEZ-VOUS VOTRE PAN BAGNAT IDÉAL !