

Tartine d'endive au chèvre

Entrée



Note : 1

Portions : 2 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson/repos : 10 min

Calories par portion : 344 Kcal

Charge glycémique par portion: -1

Les ingrédients

- 1.0 cs Huile d'Olive
- 1.0 p Sel
- 2.0 u Endive
- 1.0 u Tomate
- 100.0 gr baguette
- 1.0 p Poivre
- 100.0 gr Chèvre

Préparation légumes

Laver et égoutter 25 à 30 feuilles d'endives (environ).

Laver et découper en fine lamelle la tomate.

Préparation du pain

Couper le pain en 4 tranches et le faire griller au grille-pain. Frotter la gousse d'ail épluchée sur les tartines puis les badigonner d'huile d'olive au pinceau.

Assemblage

Mettre sur chaque tartine 2 tranches de tomate puis 6 à 7 feuilles d'endives.

Recouvrir avec 2 rondelles de chèvre par tartine.

Cuisson

Mettre au four 10 min à 200°C jusqu'à ce que le chèvre fonde.