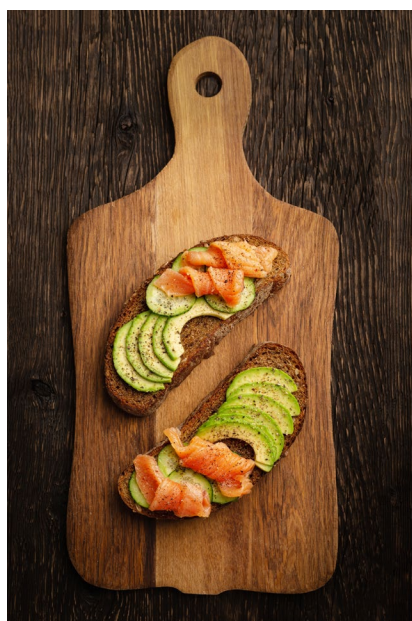




Idée apéro

RECETTE SEMAINE DE RELÂCHE

Tartine au saumon fumé, avocat et concombre



- 1 Miche au blé intégrale ou pain blé, lin et sésame Au Pain Doré
- Saumon fumé
- 1 avocat coupé en tranches
- Tranches de concombre
- Aneth ciselé
- Sel et poivre



Préparation :

Version parents:

- Coupez la miche ou le pain en tranches.
- Déposez l'avocat coupé en tranches et les tranches de concombre sur le pain.
- Ajoutez le saumon fumé.
- Décorez d'aneth ciselé, sel et poivre.
- Servez.

Version enfants:

- Écrasez l'avocat pour en faire une purée.
- Étalez un peu de fromage à la crème sur les tranches de pain.
- Déposez la purée d'avocat et le saumon fumé sur une tranche de pain et les tranches de concombre et le saumon fumé sur l'autre.
- Décorez d'aneth ciselé, sel et poivre.
- Servez.

Astuce enfants

Cette recette est idéal pour faire patienter les enfants pendant l'apéro des parents. En plus, ils peuvent décorer leur tartine à leur goût en changeant les garnitures. La miche fera des plus grandes tartines pour les parents et le pain des plus petites pour les enfants.

Et le tour est joué, BON APPÉTIT !