

LE PAIN-PERDU FAÇON «PIZZA»



INGRÉDIENTS (2 PERSONNES)

1 baguette rassie

2 oeufs

20 cL de lait 1/2 écrémé

300 g de légumes de saison

500 g de fromage à sauver ou de mozzarella

herbes fraîches (basilic) ou de Provence / olives / noix

RECETTE

1- Couper la baguette en deux dans le sens de la longueur.

2- Dans un grand plat, casser les oeufs, les battre, puis y ajouter le lait et fouetter le tout. Disposer le pain bien à plat dans le mélange. Laisser imbiber au moins 10 minutes et retourner le pain.

3- Faire préchauffer le four à 200 °C. Pour la cuisson, vous pouvez utiliser un plat préalablement graissé, ou la plaque du four.

4- Laver et couper les légumes en cube ou en rondelles. Couper le fromage

5- Poser les bouts de baguettes dans le plat ou sur la plaque. Disposer les légumes et le fromage sur le pain. Assaisonnez (sel)

6- Au choix, avant la cuisson vous pouvez rajouter des olives ou des noix - après la cuisson des herbes fraîches (basilic, roquette).

7- Faire cuire environ 10 minutes. Le pain doit être un peu doré sur les côtés. Un tour de moulin à poivre et c'est prêt !

LE MOT DU CHEF

L'idée ici c'est de ne pas gaspiller le pain et le fromage. Mais il est aussi très important de respecter la saison des légumes ! Au printemps la tartine pourra contenir des asperges, du chou-fleur ou des navets. En été, des tomates, des poivrons, des aubergines, des courgettes.... En automne et en hiver des courges (butternut, potimarron) des épinards, du chou, des carottes (pensez à précuire)...

