



CHÈVRE CHAUD À LA PROVENÇALE

 15 minutes 20 minutes 4 portions

INGRÉDIENTS

- 4 grandes tranches de pain de mie, complet [160 g]
- 2 portions moyennes de tomate, crue [200 g]
- 1 unité moyenne de fromage de chèvre bûche [160 g]
- 16 feuilles de basilic, frais
- 1 cuillère à café moyenne d'huile d'olive vierge extra [4 g]

MODE DE PRÉPARATION

- 1° Préchauffez le four à 180°C.
- 2° Découpez les tomates et la buche de chèvre en tranches régulières et disposez-les sur les tranches de pain de mie avec les feuilles de basilic.
- 3° Salez, poivrez, arrosez d'un filet d'huile d'olive et enfournez 15 minutes.
- 4° © Simplissime - Le livre de cuisine le + facile

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION [134 g]	% AR
ÉNERGIE	179 kcal	238 kcal	12 %
PROTÉINES	9 g	12 g	23 %
GLUCIDES	14 g	19 g	7 %
SUCRES	3 g	4 g	4 %
LIPIDES	9 g	12 g	17 %
ACIDES GRAS SATURÉS	5 g	7 g	35 %
FIBRES ALIMENTAIRES	2 g	3 g	13 %
SODIUM	331 mg	442 mg	18 %