

SANDWICH VÉGÉTALIEN GRILLÉ AUX POMMES ET AU CAMEMBERT

INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS

- 8 tranches de pain de mie complet
(ou autre pain)
- 1–2 Pink Ladys
- 2 paquets de camembert végétalien
aux noix de cajou (p. ex. New
Roots Soft White)
- 100 g de noix décortiquées
- un peu de beurre
- un peu de sel aux herbes, de
poivre noir et de cannelle
- un peu d'huile (pour graisser le
gril du sandwich)

Adrian Boelle



HEUREUSEMENT
IL Y A



PRÉPARATION, ENV. 20 MIN

1. Épépiner les Pink Ladys et les couper en deux. Couper les moitiés en fines tranches (environ 2 mm) dans le sens de la longueur.
2. Couper le camembert végétalien en tranches (env. 3 mm).
3. Badigeonner le toast d'une fine couche de beurre.
4. Pour chaque sandwich, garnir un côté de noix, puis de camembert et enfin de tranches de pommes.
5. Assaisonner discrètement avec du sel aux herbes, du poivre et de la cannelle.
6. Recouvrir le côté sandwich avec la deuxième moitié beurrée.
7. Préchauffer le gril à sandwichs à température moyenne.
8. Vaporiser/enduire les côtés inférieur et supérieur du gril à sandwichs d'un peu d'huile.
9. Faire griller le sandwich pendant 2 à 3 minutes environ, selon le gril, jusqu'à ce qu'il soit doré, puis le laisser refroidir brièvement.
10. Couper en diagonale en deux triangles et servir chaud avec une salade.

SALADE DE MÂCHE ET DE POMMES

INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS

300 g de mâche
1–2 Pink Ladys
100 g de myrtilles
100 g de noix
6 cs d'huile d'olive
2 cs de vinaigre balsamique
1 cs de moutarde de Dijon
2 cs de sirop d'érable
1 cc de sel aux herbes
1 cc de poivre
1 cc de paprika en poudre (doux)
1 cc d'herbes à salade séchées
un peu de persil frais
un peu d'herbe maggi fraîche

Adrian Boelle



HEUREUSEMENT
IL Y A 

PRÉPARATION, ENV. 15 MIN

1. Préparer la salade et la réserver dans un saladier rempli d'eau froide (la salade sera ainsi extra-fraîche, comme si elle venait directement du champ).
2. Épépiner les Pink Ladys, les couper en deux, puis en quatre dans le sens de la longueur, les maintenir ensemble et les couper en morceaux d'environ 3 mm d'épaisseur.
3. Hacher grossièrement les noix.
4. bien mélanger les ingrédients pour la sauce.
5. Égoutter la salade de mâche dans une passoire et la répartir sur 4 assiettes.
6. Ajouter les noix hachées, les myrtilles lavées et les morceaux de pomme.
7. Arroser les assiettes de sauce selon les goûts et mélanger un peu avant de manger.