CIABATTA À L'ITALIENNE 100% BIO

Avec KIRI® BIO

Coût/portion: € 2.50 | Préparation: 10 minutes | Cuisson: 15 minutes

INGRÉDIENTS POUR 1 PORTION

30 g **KIRI® BIO**
1 courgette bio en lanières
1 filet d'huile d'olive bio
1 pain ciabatta bio
5 g de pousses de roquettes bio
1 tomate bio en rondelles
1 tranche de jambon cru Italien bio
Sel et poivre

PROGRESSION DE LA RECETTE

1. Couper la courgette en tagliatelles et la faire blanchir 5 minutes dans de l'eau bouillante salée. Egoutter et réserver dans une assiette avec un filet d'huile d'olive et poivrer.
2. Tartiner avec **Kiri® Bio** sur chaque morceau intérieur du pain.
3. Ajouter la roquette, les rondelles de tomate, les lanières de courgette, le jambon et un peu de
roquette à nouveau.
4. Refermer le pain sur lui même et savourer !

KIRI® BIO