

Temps : 20 min

Niveau : Facile

Personnes : 4

La recette incontournable pour un brunch réussi ; l'avocado toast !

Préparation

Etape 1

Découpez plusieurs tranches du pavé aux céréales. Étalez le fromage de brebis sur le pain au préalablement toasté.

Etape 2

Cuisinez les œufs brouillés et les déposez sur les tranches de pain tartiné.

Etape 3

Découpez les avocats en fines tranches puis les déposer sur les toasts. Saupoudrez de graine de pavot.

Ingrédients



50 g Briques brebis



10 Demi
avocat



1 kg Oeufs
brouillés



Pavés céréales



Graines de
pavot

Valeurs nutritionnelles

Informations pour	100g
Valeur énergétique	1000
Matières grasses (g)	12
Dont acides gras saturés	20
Glucides (g)	35
Dont sucres	5
Fibres alimentaires (g)	14
Protéines (g)	4
Sel (g)	1