



Pain pique-nique garni



Temps de préparation

30 min à 1h



Difficulté

Facile



Ingrédients

1 courgette
huile d'olive
1 laitue iceberg
50 grammes d'épinards
2 tomates
200 grammes mozzarella
1 grand pain (complet ou blanc)
4 cuillères à soupe de pesto vert
150 grammes de prosciutto (ou de salami)
150 grammes de jambon cuit
sel et poivre

Méthode de préparation

- 1.** Coupez la courgette en fines tranches dans le sens de la longueur, badigeonnez-les d'huile d'olive et assaisonnez de sel et de poivre. Faites-les griller brièvement dans une poêle grill des deux côtés jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Laissez refroidir.
- 2.** Coupez la laitue iceberg en lanières. Rincez les épinards et séchez-les. Coupez les tomates en tranches. Séchez soigneusement la mozzarella avec du papier absorbant et coupez-la en tranches.
- 3.** Découpez le dessus du pain et réservez-le. Évidez le pain.



- 4.** Badigeonnez l'intérieur de pesto. Garnissez avec la laitue iceberg, le prosciutto ou le salami, les épinards, les tranches de tomate, le jambon, la courgette et la mozzarella.
- 5.** Remplacez le couvercle et pressez légèrement. Coupez délicatement en parts et servez.