

Croque Mademoiselle à la roquette

Tiré du livre Vegetarian Planet de Didi Emmons

Ingrédients

- 1 gros œuf
- ½ tasse de lait
- 2 onces de fromage de chèvre
- 4 tranches de votre pain blanc préféré
- 1 tomate tranchée
- ½ tasse de roquette hachée
- Sel et poivre
- Huile ou beurre

Préparation

Dans un bol, fouettez l'œuf et le lait

Divisez le fromage de chèvre en deux et tartinez-en 2 tranches de pain. Ajoutez les tranches de tomates ainsi que la roquette. Sel et poivre au goût.

Dans une grande poêle, faire fondre le beurre ou l'huile. Placez les deux dernières tranches de pain sur leur moitié respective et appuyez fermement. Trempez le sandwich dans le mélange d'œuf pour bien imbiber les 2 côtés. Placez dans la poêle chaude et faire frire environ 4 minutes chaque côté jusqu'à ce que le pain soit bien doré. Servir immédiatement.