

Betty Bossi

Succulents sandwichs!



Le coup de pouce gourmand

Appareil à sandwichs toastés, hauteur réglable

Chère lectrice, cher lecteur,
Nous vous félicitons d'avoir choisi cet appareil à sandwichs toastés à hauteur réglable. L'équipe développement produits Betty Bossi se met en quatre pour vous proposer des ustensiles de cuisine utiles et innovants avec la fameuse garantie de réussite Betty Bossi. Votre satisfaction est dès lors notre principal objectif. Nous sommes convaincus que l'appareil à sandwichs toastés à hauteur réglable saura vous enthousiasmer. Et pour que vous puissiez vous lancer sans attendre, nous avons concocté d'épatantes idées de recettes.

Nous vous laissons au plaisir de confectionner de délicieux sandwichs.

Bien cordialement,



Club-sandwich	4
Sandwich de tresse caprese	6
Sandwich au rosbif	8
Sandwich brie-lard	10
Wrap tex-mex	12
Pulled chicken burger	14
Petit pain choco-banane	16

Appareil à sandwichs toastés, hauteur réglable (n° d'art. 25836). Lave-vaisselle interdit. Avant la première utilisation, laver à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle. N'utiliser ni détergent puissant, ni poudre à récurer, ni ouate d'acier.

Mode d'emploi

Préparation

Préparer et faire griller les sandwichs selon les indications de la recette.

Brancher l'appareil

- Fermez les plaques de cuisson pour les préchauffer et placez l'appareil sur une surface plane et résistante à la chaleur.
- Branchez l'appareil dans une prise de courant appropriée. Les voyants rouge et vert s'allument. Laissez préchauffer env. 3 min, en gardant l'appareil fermé, jusqu'à ce que le voyant rouge s'éteigne.
- Ouvrez l'appareil à l'aide de la poignée et déposez le sandwich préparé sur la partie arrière de la plaque de cuisson inférieure. Refermez le couvercle de l'appareil à l'aide de la poignée. La plaque de cuisson supérieure s'adapte automatiquement à la hauteur du sandwich. Faites griller le sandwich selon les indications de la recette.

Veillez consulter le mode d'emploi livré avec l'appareil pour des informations détaillées sur son utilisation.

Sauf autre indication, toutes les recettes de cette brochure sont prévues pour 2 personnes.

Photo en couverture: Sandwich de tresse caprese (p. 6)

Club-sandwich

🕒 15 min + 12 min au grill

Pour 2 pièces

6 tranches de lard à rôtir	Faire rissoler le lard à sec dans une poêle antiadhésive, retirer.
2 tranches de pain de mie XL	Cuisson au grill: faire griller les tranches de pain env. 4 min dans l'appareil à sandwichs toastés (voir mode d'emploi). Retirer.
1 sucrine 1 tomate 1 œuf dur 30 g de mayonnaise 30 g de ketchup 4 tranches de pain de mie XL 130 g de blanc de poulet fumé en tranches	Couper la sucrine en lanières, et la tomate et l'œuf en rondelles. Mélanger la mayonnaise et le ketchup, en tartiner les tranches de pain. Répartir légumes, œuf, lard et blanc de poulet sur deux tranches de pain non toastées et sur les tranches toastées, placer ces dernières sur les premières, couvrir avec les autres tranches de pain.
4 piques en bois	Cuisson au grill: faire griller les sandwichs l'un après l'autre env. 4 min dans l'appareil à sandwichs toastés. Fixer chaque sandwich avec 2 piques en bois, partager en diagonale.

Servir avec: chips.

Pièce: 672 kcal, lip 38 g, glu 48 g, pro 32 g



Sandwich de tresse caprese

 5 min + 8 min au grill  végétarien

Pour 2 pièces

200 g de tresse
1 c. s. d'huile d'olive
125 g de mozzarella di bufala
1 tomate
quelques feuilles de basilic
un peu de sel
un peu de poivre

Couper la tresse en 4 tranches. Les badigeonner d'huile. Couper la mozzarella et la tomate en tranches, les répartir sur deux tranches de tresse avec les feuilles de basilic, saler, poivrer, couvrir avec les autres tranches de tresse.

Cuisson au grill: faire griller les sandwiches l'un après l'autre env. 4 min dans l'appareil à sandwiches toastés, partager.

Pièce: 548 kcal, lip 31 g, glu 48 g, pro 18 g



Sandwich au rosbif

🕒 10 min + 4 min au grill

Pour 2 pièces

4 tranches de pain de mie complet XL	Tartiner les tranches de pain de fromage frais et de moutarde. Répartir le rosbif et le cresson sur deux tranches de pain, couvrir avec les autres tranches de pain.
60 g de fromage frais	
60 g de moutarde à l'ancienne	
120 g de rosbif en tranches	
20 g de cresson	

Cuisson au grill: faire griller les sandwiches env. 4 min dans l'appareil à sandwichs toastés.

Pièce: 401 kcal, lip 18 g, glu 32 g, pro 26 g



Sandwich brie-lard

🕒 15 min + 4 min au grill

Pour 2 pièces

1 oignon rouge	Peler l'oignon et le couper en rouelles. Faire rissoler le lard à sec dans une poêle antiadhésive, retirer. Baisser le feu, faire revenir l'oignon env. 5 min dans la poêle.
8 tranches de lard à rôtir	

4 tranches de pain de mie complet XL	Tartiner les tranches de pain de moutarde. Couper le brie et la poire en tranches, répartir sur deux tranches de pain avec lard, oignon et roquette, couvrir avec les autres tranches de pain.
30 g de moutarde	
120 g de fromage à pâte molle (p. ex. brie)	
1 petite poire	
20 g de roquette	

Cuisson au grill: faire griller les sandwiches env. 4 min dans l'appareil à sandwiches toastés.

Pièce: 601kcal, lip 37g, glu 36g, pro 27g



Wrap tex-mex

 15 min + 4 min au gril  végétarien

Pour 2 pièces

- 1 avocat**
- ½ c. s. de jus de citron vert**
- 50 g de demi-crème acidulée**
- ¼ de c. c. de cumin en poudre**
- ¼ de c. c. de sel**

Couper l'avocat en deux, prélever la chair, l'écraser avec une fourchette. Incorporer jus de citron vert, demi-crème acidulée et cumin, saler.

-
- 1 poivron rouge**
 - 40 g de cheddar**
 - 2 tortillas de blé**
(Ø env. 20 cm)

Couper le poivron en petits dés, râper grossièrement le cheddar. Répartir le guacamole sur les tortillas, garnir de poivron et de cheddar, rabattre les côtés, enrouler.

Cuisson au gril: faire griller les wraps env. 4 min dans l'appareil à sandwichs toastés.

Pièce: 443 kcal, lip 25 g, glu 38 g, pro 13 g



Pulled chicken burger

🕒 15 min + 10 min au grill

Pour 2 pièces

1 c. s. de beurre à rôtir	Bien faire chauffer le beurre à rôtir dans une poêle antiadhésive. Saler et poivrer les blancs de poulet, les saisir env. 4 min, retourner, poursuivre la cuisson env. 4 minutes. Effiloche le poulet à l'aide de deux fourchettes, mélanger avec la sauce BBQ.
2 blancs de poulet (d'env. 125 g)	
½ c. c. de sel	
un peu de poivre	
80 g de sauce BBQ	
2 burger buns (p. ex. Bio Naturaplan)	Fendre les buns, couper tomate, concombres et oignon en fines tranches, répartir sur les fonds de buns avec le poulet et les micro-verdures, badi-geonner les couvercles avec un peu de sauce BBQ, les poser dessus.
1 petite tomate	
2 concombres snack	
½ oignon rouge	
20 g de micro-verdures	
un peu de sauce BBQ	

Cuisson au grill: faire griller les burgers l'un après l'autre env. 5 min dans l'appareil à sandwiches toastés.

Pièce: 481 kcal, lip 12 g, glu 54 g, pro 39 g



Petit pain choco-banane

🕒 8 min + 8 min au grill

Pour 2 pièces

-
- | | |
|---------------------------------------|---|
| 2 petits pains au lait | Fendre les petits pains au lait, couper la banane en rondelles, hacher grossièrement le chocolat, répartir sur les fonds de petits pains avec les rondelles de banane et les mini-cubes de caramel, poser les couvercles. |
| 1 banane | |
| 50 g de chocolat aux noisettes | |
| 20 g de mini-cubes de caramel | |
-

Cuisson au grill: faire griller les petits pains l'un après l'autre env. 4 min dans l'appareil à sandwichs toastés.

Pièce: 435 kcal, lip 17 g, glu 59 g, pro 10 g

