

Ciabatta aux maquereaux



15min



1 pers.

Ingrédients

- 1 boîte de filets de maquereaux au naturel et citron Bio
- 1 ciabatta
- Fromage frais
- Jeunes pousses d'épinards
- 1/2 citron
- Sel, poivre

Réalisée avec



Préparation

- Commencez par couper une ciabatta fraîche en deux dans le sens de la longueur.
- Étalez généreusement du fromage frais sur chaque moitié de ciabatta.
- Égouttez et émiettez les filets de maquereaux et disposez le maquereau sur le fromage frais.
- Ajoutez des tranches d'avocat mûr et quelques feuilles de jeunes pousses d'épinards.
- Assaisonnez avec un filet de jus de citron, du sel et du poivre selon votre goût.
- Refermez la ciabatta en pressant légèrement pour bien faire adhérer tous les ingrédients.
- Dégustez !