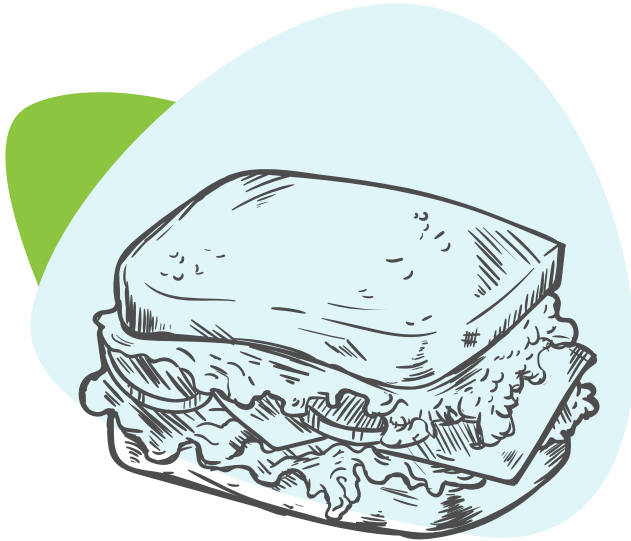


Recette parfaite
pour la cuisine collective

Sandwiches déjeuner



Pour calculer la quantité nécessaire pour chaque aliment : Quantité de la recette de base X nombre de recettes = quantité totale

Portions de la recette de base : 12
Temps de préparation : 30 minutes
Temps de cuisson : 30 minutes

Aliment	Qté	Nbr de recettes	Qté totale
Muffins anglais paquet de 6	2		
Oeufs	12		
Cheddar	200 g		
Bacon, paquet de 375 g	1		
Mayonnaise	au goût		
Sel et poivre	au goût		

Préparation

- Préchauffer le four à 400 °F. Répartir le bacon sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier parchemin. Cuire pendant 18-20 minutes ou jusqu'à ce que le bacon soit croustillant. Surveiller pendant la cuisson. Transférer le bacon sur une assiette couverte de papier absorbant.
- Pendant ce temps, trancher le fromage et tartiner l'intérieur des muffins anglais avec de la mayonnaise.
- Faire cuire les œufs dans une poêle. Il est préférable de faire des œufs tournés, avec le jaune éclaté, pour éviter les dégâts à la décongélation, ou des œufs brouillés. Saler et poivrer au goût.
- Répartir le bacon, le fromage et les œufs sur les muffins anglais. Refermer les sandwiches, envelopper individuellement dans du papier aluminium et laisser refroidir au frigo. Congeler dans des sacs de plastique résistants en prenant soin d'enlever l'air.
- Décongeler au frigo toute la nuit, puis faire réchauffer au four à micro-ondes (sans le papier aluminium) ou au four grille-pain.

