Sandwichs aux œufs à la grecque

Ingrédients

- **Œufs** : 6
- **Petits pains ciabatta aux olives (voir NOTES) :** 4
- **Concombres libanais** : 2
- **Petit poivron rouge** :1
- **Jeunes épinards** : 250 ml (1 tasse)
- **Sauce tzatziki** : 125 ml (½ tasse)
- **Poivre** : Au goût
- **Sel** : 1 ml (¼ c. à thé)
- **Fines herbes fraîches (au choix)** : 250 ml (1 tasse)

Contient :

- Blé et triticale
- Gluten
- Lait animal (lactose)
- Oeufs

Sandwichs aux œufs à la grecque

Préparation

1. Portez une petite casserole d'eau à ébullition à feu vif. À l'aide d'une cuillère trouée, déposez délicatement les œufs dans la casserole et faites-les cuire 12 minutes.
2. Pendant ce temps, coupez les pains en deux sur l'épaisseur, tranchez finement les concombres sur la longueur et coupez le poivron en rondelles.
3. À l'aide de la cuillère trouée, retirez les œufs de la casserole et déposez-les dans un bol d'eau glacée. Écalez les œufs et tranchez-les.
4. Dans l'ordre, répartissez les épinards, les concombres, la sauce tzatziki, le poivron et les œufs sur la base du pain (voir NOTES). Poivrez généreusement, saupoudrez de sel et ajoutez les fines herbes.
5. Fermez en sandwich et pressez légèrement. Réfrigérez jusqu'au moment de servir.

NOTES DE FIN

Pour les pains : si vous ne trouvez pas de ciabatta aux olives à l'épicerie ou à la boulangerie du coin, optez pour des pains ciabatta ordinaires. Ajoutez 60 ml (¼ tasse) d'olives hachées dans le sandwich, entre les œufs et les fines herbes.

Pour l'assemblage : assurez-vous de respecter l'ordre des ingrédients lors de l'assemblage de vos sandwichs. Celui-ci a été réfléchi de manière à ce que les ingrédients humides ne soient pas en contact avec le pain, ce qui permet de prolonger la durée de conservation des sandwichs.

CONSERVATION

Se conserve 3 jours au réfrigérateur et ne se congèle pas.