

Canapés aux œufs

Préparation: env. 30 min

- | | |
|--|---|
| 150 g de séré à la crème | |
| 1 c. à soupe de curry | |
| 1 c. à soupe de moutarde | |
| ½ c. à café de sel | |
| 1 bouquet de ciboulette , ciselée | bien mélanger le tout dans une terrine |
| 4 œufs , cuits durs,
grossièrement hachés | incorporer délicatement |
| 4 tranches de pain de mie , grillées | répartir l'appareil aux œufs sur les toasts,
les partager en diagonale |
| un peu de ciboulette , de cerfeuil
ou d'aneth, finement coupés | décorer les canapés |

Suggestions

- Couper les œufs en dés avec un coupe-œuf.
- Servir avec un buffet ou comme petite collation avec une salade.

Par personne: lipides 13 g, protéines 13 g, hydrates de carbone 16 g, 988 kJ (236 kcal)

