

# Recette Tartines poulet-avocat ☆☆☆☆☆ avis - Note : 0/5



[⊕ Agrandir la photo](#)

Recette proposée par [Christelle Vogel](#)

 Facile

## Pour 2 personnes :

- 2 tranches de pain complet
- 100 g de blancs de poulet déjà cuits
- 1 avocat bien mûr
- 50 g de fromage frais
- 4 tomates confites
- 1 cuillère à café de jus de citron
- Fromage râpé
- Sel, poivre
- Tabasco

Préparation : 10 mn

Cuisson : 5 mn

Repos : 0 mn

Temps total : 15 mn

## Préparation Tartines poulet-avocat

### 1 Griller les tranches de pain.

Prélever la chair de l'avocat et l'écraser à la fourchette (ou au mixer).

Ajouter le jus de citron, un peu de sel et de poivre.

Incorporer le fromage frais et le tabasco, selon les goûts.

Étaler cette préparation sur les tranches de pain.

Ajouter les tomates confites bien égouttées.

Disposer le poulet.

Parsemer de gruyère râpé.

Placer les tartines sous le gril du four, jusqu'à ce que le fromage gratine.

Saupoudrer avec un peu de piment avant de les servir.

 [Ajouter au carnet](#)

 [Imprimer](#)

 [Envoyer](#)

 [Donnez votre avis](#)