



Pain de campagne au houmous, avocat, saumon fumé et oeuf poché



Temps de préparation

< 30 min



Difficulté

Facile



Ingrédients

1 tranche épaisse tranche de pain de campagne
2 cuillères à soupe de houmous
1/2 avocat (peelé et dénoyauté)
50 grammes de saumon fumé (coupé en lanières)
1 œuf (poché ou au plat)
1 poignée roquette
huile d'olive

Méthode de préparation

- 1.** Faites griller la tranche de pain jusqu'à ce qu'elle soit dorée et croustillante.
- 2.** Tartinez généreusement le houmous sur le pain encore chaud.
- 3.** Coupez la chair de l'avocat en tranches et disposez-les sur le houmous.
- 4.** Répartissez les lanières de saumon fumé sur l'avocat.
- 5.** Pochez l'œuf (ou faites-le cuire au plat, selon votre préférence) et déposez-le délicatement sur le pain.



- 6.** Mélangez la roquette avec un filet d'huile d'olive, puis assaisonnez avec du sel et du poivre.
- 7.** Terminez le plat avec la roquette et servez immédiatement.