

CROQUE-MADAME

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ

20
minutes
PRÉPARATION

10 à 15
minutes
CUISSON

4
PORTIONS



SUGGESTION D'ACCOMPAGNEMENT

Accompagner d'une verdure.

VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

763
CALORIES

45 g
PROTÉINES

44 g
GLUCIDES

44 g
MATIÈRES GRASSES

COUPES



Rôti de
fesse

INGRÉDIENTS

2 tasses	Rôti de porc cuit, tranché mince	500 ml
8	Tranches de pain carré blanc de boulangerie	8
1/3 tasse	Beurre	80 ml
3 c. à table	Farine tout usage	45 ml
1 tasse	Lait	250 ml
1 1/2 tasse	Fromage cheddar fort ou gruyère râpé	375 ml
4	Oeufs	4

PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 200 °C (400 °F).
2. Dans une petite casserole, à feu moyen, faire fondre 45 ml (3 c. à table) de beurre. Ajouter la farine et cuire 1 minute en remuant. Incorporer le lait en fouettant et porter à ébullition en remuant constamment. Ajouter 125 ml (1/2 tasse) de fromage et poursuivre la cuisson jusqu'à ce qu'il soit fondu. Saler et poivrer. Couvrir et laisser tiédir.
3. Sur une plaque de cuisson tapissée de papier parchemin, étaler 4 tranches de pain. Placer environ 125 ml (1/2 tasse) de rôti de porc sur chacune. Couvrir avec 30 ml (2 c. à table) de béchamel. Refermer avec les tranches de pain restantes et garnir du reste de la béchamel. Couvrir avec le reste du fromage.
4. Cuire au four de 10 à 15 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit légèrement doré. Terminer sous le gril (broil) au besoin.
5. Entre-temps, dans une poêle antiadhésive, à feu moyen-doux, faire fondre le reste du beurre et cuire doucement les œufs à mi-couvert jusqu'à ce que le blanc soit cuit.
6. Déposer les œufs sur les croque-madame. Saler et poivrer. Si désiré, garnir d'herbes fraîches (persil, ciboulette, thym).

NOTE

Pour une version plus gourmande, remplacer les tranches de rôti par du porc effiloché.