

# sandwichs

& croque-monsieur



Tendance  
recettes

ARTÉMIS  
éditions

# sandwichs

*et croque-monsieur*

# sandwichs et croque-monsieur

- Les sandwichs et les croque-monsieur font partie des classiques de la cuisine rapide et facile. Il y a bien sûr le célèbre jambon-beurre et le jambon-fromage, mais on peut aussi associer une foule d'ingrédients avec des pains variés pour son en-cas de midi.
- Le croque-monsieur classique est une entrée chaude qui consiste en deux tranches de pain de mie beurrées entre lesquelles on place du gruyère et une tranche de jambon. Le tout est chauffé de manière que le fromage soit juste fondant et le pain bien chaud. Quant au croque-madame, variante bien connue, il suffit d'ajouter un œuf cuit sur le plat sur le dessus du croque-monsieur.
- Pour cuire vos croques, vous pouvez les passer sous le gril du four pendant 5 à 10 min, mais il existe également dans le commerce des appareils à croque-monsieur qui sont très pratiques.



P : temps de préparation. C : temps de cuisson.  
T : temps de trempage. R : temps de repos. M : temps de marinade.

S O M M A I R E

A 380



P : 20 min  
➤ Page 4

le râpé



P : 20 min  
➤ Page 6

mauricette



P : 20 min  
➤ Page 8

sandwich  
à l'andouillette



P : 20 min  
C : 20 min  
➤ Page 10

sandwich à la confiture  
et au beurre de cacahuètes



P : 5 min  
➤ Page 12

sandwich au concombre  
et aux œufs brouillés



P : 20 min  
C : 10 min  
➤ Page 14

<b>sandwich au filet de bœuf façon carpaccio</b>  P : 20 min C : 2 min ► Page 16	<b>sandwich thon-banane</b>  P : 20 min ► Page 28	<b>croque brandade</b>  P : 20 min T : 12 h C : 45 min ► Page 40	<b>croque espagnol</b>  P : 20 min C : 10 min ► Page 52
<b>sandwich au poulet au curry et aux kumquats</b>  P : 20 min C : 10 min ► Page 18	<b>bread and butter pudding</b>  P : 20 min R : 20 min C : 30 min ► Page 30	<b>croque breton</b>  P : 20 min C : 25 min ► Page 42	<b>croque façon mouclade</b>  P : 30 min C : 35 min ► Page 54
<b>sandwich coleslaw</b>  P : 20 min R : 1 h ► Page 20	<b>croque au gingembre et à la rose</b>  P : 30 min C : 30 min ► Page 32	<b>croque brocoli</b>  P : 20 min C : 35 min ► Page 44	<b>croque fromage</b>  P : 20 min C : 30 min ► Page 56
<b>sandwich féta, poivron, concombre</b>  P : 20 min M : 30 min C : 10 min ► Page 22	<b>croque au jambon cru</b>  P : 20 min C : 20 min ► Page 34	<b>croque chèvre et marmelade</b>  P : 20 min C : 10 min ► Page 46	<b>croque-madame</b>  P : 20 min C : 10 min ► Page 58
<b>sandwich mouton-tahina</b>  P : 20 min C : 5 min ► Page 24	<b>croque au thon et au lait de coco</b>  P : 15 min C : 20 min ► Page 36	<b>croque de Sophie</b>  P : 20 min C : 2 min ► Page 48	<b>croque-monsieur</b>  P : 20 min C : 10 min ► Page 60
<b>sandwich tartare</b>  P : 20 min ► Page 26	<b>croque banane-chocolat</b>  P : 10 min C : 4 min ► Page 38	<b>croque dinde et abricot</b>  P : 20 min C : 15 min ► Page 50	<b>le secret d'Hervé</b>  P : 30 min C : 30 min ► Page 62

## a380

[ Pour 4 personnes ]

facile

préparation : 20 min



## Ingrédients

- ▶ 12 tranches de pain de mie
- ▶ 40 g de beurre
- ▶ 4 tranches de jambon blanc
- ▶ 1 tomate
- ▶ 4 feuilles de laitue
- ▶ 4 tranches de jambon cru
- ▶ 4 cuillères à soupe de mayonnaise
- ▶ 100 g de gruyère

## Préparation

- 1** TARTINEZ 4 TRANCHES de pain de mie de mayonnaise.
- 2** TARTINEZ 4 AUTRES TRANCHES de pain de mie de beurre.
- 3** COUPEZ LA TOMATE en rondelles.
- 4** COUPEZ LE GRUYÈRE en fines tranches.
- 5** LAVEZ LES FEUILLES de laitue et enlevez la partie centrale.
- 6** RÉPARTISSEZ LES TRANCHES de gruyère sur les tranches de pain de mie tartinées de mayonnaise.
- 7** POSEZ PAR-DESSUS une tranche de jambon blanc et une feuille de laitue.
- 8** RECOUVREZ LE TOUT avec une tranche de pain de mie au beurre, puis surmontez d'une tranche de jambon cru.
- 9** TERMINEZ PAR LES RONDELLES de tomates, puis recouvrez d'une dernière tranche de pain de mie.



# le râpé

[ Pour 4 personnes ]

## Ingrédients

- ▶ 8 tranches de pain de seigle
- ▶ 150 g de feuilles de chou rouge
- ▶ 1 carotte
- ▶ 100 g de pousses de soja
- ▶ 1/2 oignon
- ▶ 4 grosses tranches de mortadelle
- ▶ Le jus d'1/2 citron
- ▶ 1/2 pomme
- ▶ 1 pincée de gros sel
- ▶ 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ▶ 1 cuillère à soupe de mayonnaise



facile

préparation : 20 min

## Préparation

- 1** ENLEVEZ LA NERVURE centrale des feuilles de chou et coupez-les en fines lanières.
- 2** ÉPLUCHEZ LA POMME, coupez-la en deux, ôtez le cœur, puis râpez les deux portions.
- 3** DANS UN SALADIER, mélangez la pomme, le chou, le jus de citron et l'huile d'olive, puis saupoudrez de gros sel.
- 4** ÉPLUCHEZ ET RÂPEZ la carotte.
- 5** ÉPLUCHEZ ET COUPEZ l'oignon en fines tranches.
- 6** MÉLANGEZ L'OIGNON, la carotte, les pousses de soja et la mayonnaise.
- 7** RÉPARTISSEZ LES LÉGUMES sur 4 tranches de pain, recouvrez avec une tranche de mortadelle, et terminez par les 4 tranches de pain restantes.



# mauricette

[ Pour 4 personnes ]

facile

préparation : 20 min

## Ingrédients

- ▶ 4 petits pains briochés
- ▶ 4 saucisses de Strasbourg
- ▶ 4 cuillères à soupe de mayonnaise
- ▶ 4 feuilles de laitue
- ▶ 100 g d'emmental râpé

## Préparation

- 1** FENDEZ LE PAIN brioché en deux dans le sens de la longueur.
- 2** COUPEZ LES SAUCISSES de Strasbourg en fines rondelles.
- 3** LAVEZ LES FEUILLES de laitue, ôtez la nervure centrale puis coupez-les en lanières.
- 4** TARTINEZ L'INTÉRIEUR des pains briochés de mayonnaise, puis garnissez-les de rondelles de saucisses, de lanières de laitue et d'emmental râpé.





# sandwich à l'andouillette

[ Pour 4 personnes ]

facile      cuisson : 20 min      préparation : 20 min



## Ingrédients

- ▶ 2 baguettes
- ▶ 1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne
- ▶ 20 cl de crème fraîche épaisse
- ▶ 1 oignon
- ▶ 4 cuillères à soupe de chutney de fruits
- ▶ 10 cl de vin blanc sec
- ▶ 20 g de beurre
- ▶ 1 cuillère à soupe d'huile d'arachide

## Préparation

- 1** ÉPLUCHEZ L'OIGNON, coupez-le en deux et détaillez-le en fines rondelles.
- 2** COUPEZ LES ANDOUILLETTES en rondelles.
- 3** FAITES CHAUFFER le beurre et l'huile d'arachide dans une casserole, et faites cuire les oignons pendant 10 min.
- 4** AJOUTEZ LE VIN BLANC, les rondelles d'andouillettes et cuisez 5 min.
- 5** AJOUTEZ LA CRÈME, la moutarde à l'ancienne et prolongez la cuisson pendant encore 5 min.
- 6** COUPEZ LES BAGUETTES en deux, puis fendez chaque tronçon dans le sens de la longueur.
- 7** TARTINEZ L'INTÉRIEUR des baguettes de chutney et garnissez les sandwichs d'andouillette.



# sandwich à la confiture *et au beurre de cacahuètes*

[ Pour 4 personnes ]

facile

préparation : 5 min

## Ingrédients

- ▶ 4 cuillères à soupe de beurre de cacahuètes
- ▶ 4 cuillères à soupe de gelée de groseilles
- ▶ 40 g de beurre demi-sel
- ▶ 8 tranches de pain de mie

## Préparation

- 1** TARTINEZ TOUTES LES TRANCHES de pain de mie de beurre demi-sel.
- 2** TARTINEZ 4 TRANCHES de pain de mie de beurre de cacahuètes, puis de gelée de groseilles, et recouvez des quatre tranches de pain restantes.
- 3** DÉGUSTEZ.





# sandwich au concombre et aux œufs brouillés

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 10 min

préparation : 20 min

## Ingrédients

- ▶ 4 œufs
- ▶ 10 cl de crème
- ▶ 20 g de beurre
- ▶ 1 pincée de gros sel
- ▶ 1/2 concombre
- ▶ 4 cuillères à soupe de sauce salsa
- ▶ 8 tranches de pain de mie
- ▶ Sel, poivre du moulin



## Remarque

*La sauce salsa est une sauce très utilisée dans la cuisine mexicaine, à base de tomates, d'oignons, de piment et de diverses herbes aromatiques.*

## Préparation

- 1** ÉPLUCHEZ LE CONCOMBRE, coupez-le en deux dans le sens de la longueur, puis épépinez-le et détaillez-le en fines rondelles.
- 2** SAUPOUDREZ LES RONDELLES de concombre de gros sel et laissez dégorger dans une passoire.
- 3** PENDANT CE TEMPS, cassez les œufs dans une casserole, ajoutez le beurre et portez à ébullition tout en remuant avec un fouet.
- 4** HORS DU FEU, ajoutez la crème aux œufs pour arrêter la cuisson, assaisonnez de sel et de poivre et laissez refroidir.
- 5** TARTINEZ LES TRANCHES de pain de mie de sauce salsa.
- 6** RÉPARTISSEZ LES RONDELLES de concombre sur quatre tranches de pain de mie, surmontez d'œuf brouillé et recouvrez d'une autre tranche de pain.
- 7** À L'AIDE D'UN COUTEAU à dents, coupez la croûte si vous le souhaitez et servez.



# sandwich au filet de bœuf *façon carpaccio*

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 2 min

préparation : 20 min

## Ingédients

- ▶ 8 tranches de pain de campagne
- ▶ 1 cuillère à soupe de câpres
- ▶ 50 g de parmesan en copeaux
- ▶ 20 g de beurre
- ▶ 4 portions de 100 g de filet de bœuf
- ▶ 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ▶ 4 feuilles de basilic
- ▶ Sel, poivre du moulin

## Préparation

- 1** POËLEZ LES FILETS de bœufs dans une poêle très chaude avec le beurre pendant 2 min. Assaisonnez et réservez.
- 2** HACHEZ LES FEUILLES de basilic et mélangez-les à l'huile d'olive.
- 3** TARTINEZ LES TRANCHES de pain d'huile au basilic.
- 4** GARNISSEZ VOS SANDWICHES de filet de bœuf saupoudré de copeaux de parmesan et de câpres.





# sandwich au poulet au curry *et aux kumquats*

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 10 min

préparation : 20 min

## Ingédients

- ▶ 2 baguettes
- ▶ 4 blancs de volaille
- ▶ 2 cuillères à café de curry en poudre
- ▶ 4 cuillères à soupe de mayonnaise
- ▶ 4 brins de coriandre fraîche
- ▶ 4 feuilles de laitue
- ▶ 1 bouillon cube de volaille
- ▶ 2 kumquats
- ▶ 1 l d'eau

## Préparation

- 1** PORTEZ À ÉBULLITION 1 l d'eau avec le bouillon cube et 1 cuillère à café de curry.
- 2** PLONGEZ LES BLANCS de volaille dans le bouillon, éteignez le feu, couvrez et laissez refroidir complètement.
- 3** HACHEZ LA CORIANDRE et mélangez-la à la mayonnaise et au restant de curry.
- 4** COUPEZ LES KUMQUATS en fines rondelles.
- 5** LAVEZ LES FEUILLES de laitue, ôtez la nervure centrale puis coupez-les en lanières.
- 6** COUPEZ LES BAGUETTES en deux, puis fendez chaque tronçon dans le sens de la longueur.
- 7** SORTEZ LES BLANCS de poulet du bouillon et tranchez-les en fines lamelles.
- 8** CONFECTONNEZ VOS SANDWICHES en tartinant l'intérieur des baguettes de mayonnaise à la coriandre, puis ajoutez les rondelles de kumquat, ainsi que les lanières de laitue et de volaille.





# sandwich coleslaw

[ Pour 4 personnes ]

facile

repos : 1 h

préparation : 20 min



## Ingrédients

- ▶ 8 tranches de pain noir
- ▶ 1 carotte
- ▶ 1 pomme
- ▶ 1 oignon
- ▶ 1/2 chou blanc
- ▶ 50 g de raisins secs

## Préparation

- 1** ÉPLUCHEZ ET RÂPEZ la carotte.
- 2** COUPEZ LE CHOU en fines lanières.
- 3** ÉPLUCHEZ L'OIGNON, coupez-le en deux et détaillez-le en fines tranches.
- 4** ÉPLUCHEZ LA POMME, coupez-la en deux, ôtez le cœur et détaillez-la en fines tranches.
- 5** RASSEMBLEZ LA CAROTTE, le chou, la pomme, l'oignon et les raisins dans un saladier, mélangez bien et laissez au frais pendant 1 h.
- 6** RÉPARTISSEZ LE COLESLAW sur 4 tranches de pain, puis recouvrez avec les 4 tranches restantes et dégustez.



# sandwich féta, poivron, concombre

[ Pour 4 personnes ]

**facile**  
**marinade : 30 min**

**préparation : 20 min**  
**cuisson : 10 min**

## Ingrédients

- ▶ 2 baguettes
- ▶ 1/4 de concombre
- ▶ 150 g de féta
- ▶ 1 gousse d'ail
- ▶ 1 yaourt nature
- ▶ 1 boîte de poivrons pelés
- ▶ 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ▶ 4 feuilles de laitue
- ▶ Sel, poivre du moulin

## Préparation

- 1** COUPEZ LES BAGUETTES en deux, puis fendez chaque tronçon dans le sens de la longueur.
- 2** ÉPLUCHEZ LE CONCOMBRE puis coupez-le en rondelles.
- 3** ÉGOUTTEZ les poivrons.
- 4** COUPEZ LA FÉTA en petits dés.
- 5** ÉPLUCHEZ L'AIL et hachez-le.
- 6** FAITES MARINER les poivrons dans l'huile d'olive et l'ail pendant 30 min.
- 7** TARTINEZ L'INTÉRIEUR des baguettes de yaourt.
- 8** LAVEZ LES FEUILLES de laitue, ôtez la nervure centrale puis coupez-les en lanières.
- 9** GARNISSEZ LES SANDWICHES de rondelles de concombre, de poivron, de laitue, de féta et assaisonnez.





# sandwich mouton-tahina

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 5 min

préparation : 20 min

## Ingédients

- ▶ 500 g de gigot d'agneau
- ▶ 1 cuillère à soupe de tahina (pâte de sésame)
- ▶ 1 yaourt nature
- ▶ 1 cuillère à café de cumin en poudre
- ▶ 1 cuillère à café de paprika
- ▶ Le jus d'1/2 citron vert
- ▶ 1/4 de concombre
- ▶ 4 galettes de sarrasin
- ▶ 1 tomate
- ▶ 1/4 d'oignon
- ▶ 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- ▶ Sel, poivre du moulin

## Préparation

- 1** DÉTAILLEZ LA VIANDE en petits cubes de 2 cm de côté.
- 2** ÉPLUCHEZ L'OIGNON et le concombre, puis détaillez-les en petits dés.
- 3** COUPEZ LA TOMATE en deux, puis détaillez-la en fines tranches.
- 4** MÉLANGEZ LE YAOURT, le cumin, le jus de citron vert, le concombre, l'oignon et le tahina.
- 5** FAITES CHAUFFER l'huile d'olive dans une poêle, puis saisissez les cubes d'agneau pendant 5 min et assaisonnez.
- 6** RÉPARTISSEZ LES TRANCHES de tomate au centre des galettes de sarrasin, recourez de dés d'agneau et surmontez le tout de sauce au yaourt.
- 7** RABATTEZ LES BORDS de la galette pour former un sandwich et dégustez.





# sandwich tartare

[ Pour 4 personnes ]

## Ingrédients

- ▶ 500 g de viande de bœuf hachée
- ▶ 1 cuillère à soupe de moutarde
- ▶ 2 jaunes d'œufs
- ▶ 4 cornichons
- ▶ 1 cuillère à soupe de câpres
- ▶ 1 échalote
- ▶ 1 cuillère à café de ketchup
- ▶ 4 gouttes de Tabasco
- ▶ 4 gouttes de sauce Worcestershire
- ▶ 4 buns américains
- ▶ Sel, poivre du moulin

facile

préparation : 20 min

## Préparation

- 1** HACHEZ L'ÉCHALOTE, les câpres, les cornichons et réservez.
- 2** DANS UN SALADIER, mélangez la moutarde, les jaunes d'œufs, le ketchup, le Tabasco et la sauce Worcestershire.
- 3** AJOUTEZ LE BŒUF haché, le hachis échalotes-câpres-cornichons, méllez bien le tout et assaisonnez.
- 4** COUPEZ LES BUNS en deux et toastez-les.
- 5** RÉPARTISSEZ LA VIANDE en quatre et garnissez-en les buns.





# sandwich thon-banane

[ Pour 4 personnes ]

facile

préparation : 20 min

## Ingrédients

- ▶ 1 banane
- ▶ 1 boîte de miettes de thon de 500 g
- ▶ 4 pains pita
- ▶ 1/4 d'oignon rouge
- ▶ 4 cuillères à soupe de mayonnaise
- ▶ Poivre du moulin

## Préparation

- 1** ÉPLUCHEZ LA BANANE et coupez-la en rondelles.
- 2** ÉGOUTTEZ LES MIETTES de thon.
- 3** ÉPLUCHEZ ET HACHEZ l'oignon.
- 4** FENDEZ LES PAINS pita.
- 5** MÉLANGEZ LA MAYONNAISE et les miettes de thon, puis assaisonnez de poivre.
- 6** GARNISSEZ LES PAINS pita avec une première couche de mayonnaise au thon, puis une couche de rondelles de banane et enfin avec le hachis d'oignon.







# bread and butter pudding

[ Pour 4 personnes ]

facile  
repos : 20 min

préparation : 20 min  
cuisson : 30 min

## Ingrédients

- ▶ 1/2 litre de lait
- ▶ 10 cl de rhum brun
- ▶ 50 g de raisins secs
- ▶ 100 g de beurre
- ▶ 12 tranches de pain de mie
- ▶ 1 sachet de sucre vanillé
- ▶ 100 g de sucre en poudre
- ▶ 2 œufs

## Préparation

- 1** RÉDUISEZ LE BEURRE en pommade et tartinez-en 6 tranches de pain de mie.
- 2** RECOUVREZ LES TRANCHES tartinées des 6 tranches de pain de mie restantes, puis coupez la croûte à l'aide d'un couteau à dents.
- 3** COUPEZ LES CROQUES en diagonale, puis placez-les pointes vers le haut dans un plat allant au four.
- 4** MÉLANGEZ DANS UN BOL le lait, le sucre en poudre, le sucre vanillé, les raisins, le rhum et les œufs.
- 5** ARROZEZ LES CROQUES de la préparation et laissez reposer à l'air ambiant pendant 20 min.
- 6** FAITES CUIRE dans un four chaud à 180° (thermostat 6) pendant 30 min. Servez tiède.



# croque au gingembre et à la rose

[ Pour 4 personnes ]

assez facile    cuisson : 30 min    préparation : 30 min

## Ingrédients

- ▶ 50 cl de lait
- ▶ 100 g de sucre en poudre
- ▶ 80 g de farine
- ▶ 4 œufs + 4 jaunes d'œufs
- ▶ 1 sachet de sucre vanillé
- ▶ 5 cl d'eau de rose
- ▶ 1 cuillère à soupe de gingembre frais râpé
- ▶ 50 g de sucre glace
- ▶ 8 fines tranches de brioche
- ▶ 4 pétales de rose
- ▶ 1 pincée de quatre-épices
- ▶ 60 g de beurre



## Préparation

- 1** FAITES BOUILLIR le lait.
- 2** PENDANT CE TEMPS, mélangez les 4 jaunes d'œufs avec le sucre en poudre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez petit à petit la farine en remuant bien.
- 3** AJOUTEZ LE SUCRE, l'eau de rose, le gingembre, la pincée de quatre-épices et le sucre vanillé.
- 4** VERSEZ SUR CE MÉLANGE le lait bouillant, puis remettez sur le feu sans cesser de fouetter. Quand le mélange épaissit, laissez cuire encore 1 à 2 min avant de retirer du feu et de laisser refroidir.
- 5** RÉPARTISSEZ LA CRÈME pâtissière sur 4 tranches de brioche et recouvrez des tranches de brioches restantes.
- 6** CASSEZ LES ŒUFFS dans un bol et battez-les.
- 7** TREMPEZ LES CROQUES dans l'œuf et cuisez-les dans une poêle avec le beurre 2 min sur chaque face.
- 8** ÉGOUTTEZ SUR UN PAPIER absorbant, saupoudrez de sucre glace et dégustez.





# croque au jambon cru

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 20 min

préparation : 20 min

## Ingrédients

- ▶ 8 tranches de pain de mie
- ▶ 4 tranches de jambon cru
- ▶ 100 g de gruyère râpé
- ▶ 40 cl de lait
- ▶ 60 g de farine
- ▶ 60 g de beurre
- ▶ 1 pincée de noix de muscade
- ▶ Sel, poivre du moulin

## Préparation

- 1** FAITES FONDRE LE BEURRE dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 2** AJOUTEZ PETIT À PETIT le lait en remuant avec un fouet. Laissez cuire 5 min et assaisonnez de sel, de poivre et de muscade.
- 3** RÉPARTISSEZ LA MOITIÉ de la béchamel sur 4 tranches de pain de mie.
- 4** RECOUVREZ D'UNE TRANCHE de jambon cru, nappez à nouveau de béchamel, puis recouvrez d'une tranche de pain de mie.
- 5** SAUPOUDREZ DE GRUYÈRE râpé et enfournez dans un four chaud à 210° (thermostat 7) pendant 10 min.







# croque au thon

*et au lait de coco*

[ Pour 4 personnes ]

facile      cuisson : 20 min      préparation : 15 min

## Ingédients

- ▶ 8 tranches de pain de seigle
- ▶ Le jus d'1/2 citron vert
- ▶ 4 feuilles de basilic
- ▶ 4 tranches de thon de 100 g
- ▶ 20 cl de lait de coco
- ▶ 50 g de parmesan râpé
- ▶ 30 g de farine
- ▶ 30 g de beurre
- ▶ 1 pincée de noix de muscade
- ▶ 1 pincée de curry
- ▶ Sel, poivre du moulin

## Préparation

- 1 FAITES FONDRE LE BEURRE** dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 2 AJOUTEZ PETIT À PETIT** le lait de coco en remuant avec un fouet, et cuisez 5 min.
- 3 INCORPOREZ LE PARMESAN**, la muscade, le jus de citron vert et le curry.
- 4 DANS UNE POÊLE** bien chaude, saisissez les tranches de thon 30 sec sur chaque face, puis assaisonnez-les.
- 5 TARTINEZ 4 TRANCHES** de pain avec la moitié de la béchamel au lait de coco, puis déposez une tranche de thon.
- 6 SURMONTEZ LE THON** d'une nouvelle couche de béchamel et disposez par-dessus une feuille de basilic.
- 7 RECOUVREZ ENFIN** d'une tranche de pain et répartissez le restant de béchamel par-dessus.
- 8 CUISEZ 10 MIN** dans un four chaud à 210° (thermostat 7).





# croque banane-chocolat

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 4 min

préparation : 10 min



## Ingrédients

- ▶ 8 tranches de brioche
- ▶ 2 bananes
- ▶ 1 bombe de chantilly
- ▶ 200 g de chocolat noir
- ▶ 10 cl de crème liquide
- ▶ 20 g de beurre

## Préparation

- 1 FAITES FONDRE LE CHOCOLAT au bain-marie.
- 2 AJOUTEZ LA CRÈME liquide et le beurre au chocolat fondu et mélangez bien.
- 3 ÉPLUCHEZ LES BANANES et coupez-les en rondelles.
- 4 RÉPARTISSEZ LA MOITIÉ des rondelles de banane sur 4 tranches de brioche.
- 5 NAPPEZ CES 4 TRANCHES de sauce chocolat, puis recouvrez des 4 tranches de brioche restantes.
- 6 RECOUVREZ DES RONDELLES de banane restantes, puis nappez à nouveau de sauce chocolat.
- 7 SURMONTEZ LE TOUT de chantilly et dégustez.



# croque brandade

[ Pour 4 personnes ]

**facile**  
trempage : 12 h

**préparation : 20 min**  
**cuisson : 45 min**

## Ingrédients

- ▶ 300 g de pommes de terre
- ▶ 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ▶ 1 gousse d'ail
- ▶ 50 g de parmesan râpé
- ▶ 20 cl de crème fraîche
- ▶ 20 g de beurre
- ▶ 2 cuillères à soupe de persil haché
- ▶ 20 cl de lait
- ▶ 150 g de morue
- ▶ 8 tranches de pain de mie complet



## Préparation

- 1 FAITES TREMPER LA MORUE** dans de l'eau froide pendant 12 h.
- 2 ÉPLUCHEZ LES POMMES** de terre et coupez-les en dés.
- 3 ÉPLUCHEZ ET HACHEZ** l'ail.
- 4 FAITES REVENIR** les dés de pomme de terre dans une cocotte en fonte avec l'huile d'olive pendant 5 min, puis couvrez et enfournez dans un four chaud à 180° (thermostat 6) pendant 35 min.
- 5 PORTEZ LE LAIT** à ébullition, arrêtez le feu et plongez-y la morue. Laissez refroidir.
- 6 ÉCRASEZ LES DÉS** de pomme de terre à la fourchette, ajoutez le persil, l'ail et la crème préalablement réchauffée.
- 7 AJOUTEZ LA MORUE** et le beurre à la purée de pommes de terre et mélangez bien.
- 8 RÉPARTISSEZ LA MOITIÉ** de la brandade sur 4 tranches de pain, recouvrez-les des 4 tranches de pain restantes, puis terminez par le reste de brandade.
- 9 SAUPOUDREZ DE PARMESAN** et faites cuire dans un four chaud pendant 10 min à 210° (thermostat 7).





# croque breton

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 25 min

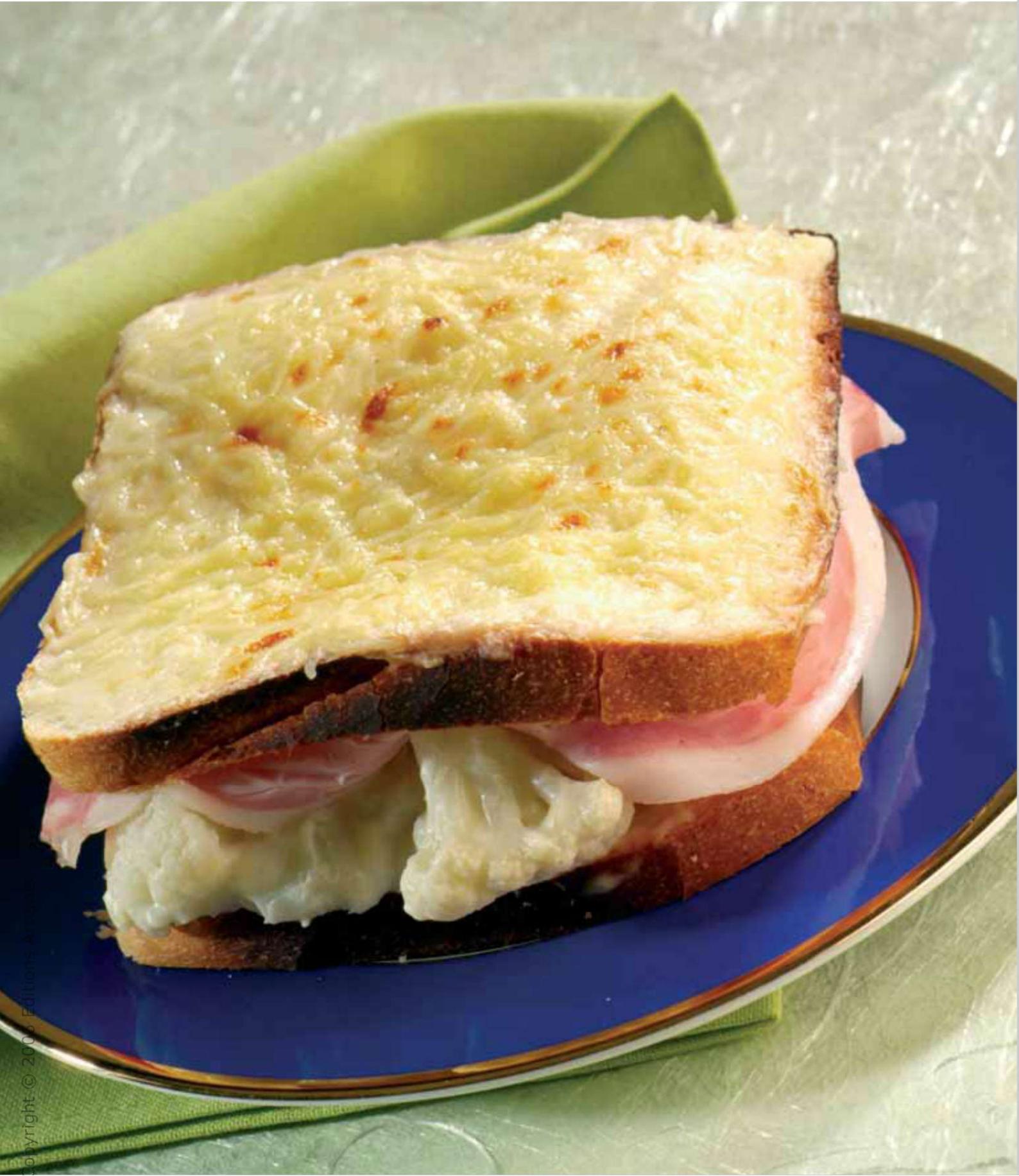
préparation : 20 min

## Ingrédients

- ▶ 400 g de choux-fleurs
- ▶ 4 tranches de jambon blanc
- ▶ 150 g de gruyère râpé
- ▶ 40 cl de lait
- ▶ 60 g de farine
- ▶ 60 g de beurre
- ▶ 1 pincée de noix de muscade
- ▶ 8 tranches de pain de mie complet

## Préparation

- 1** **CUISEZ LES TÊTES** de choux-fleurs 15 min à la vapeur, puis détaillez-les en petits morceaux.
- 2** **FAITES FONDRE LE BEURRE** dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 3** **AJOUTEZ PETIT À PETIT** le lait en remuant avec un fouet, et cuisez 5 min.
- 4** **AJOUTEZ LA MUSCADE**, le chou-fleur et le gruyère, puis remuez bien pour mêler tous les ingrédients.
- 5** **RÉPARTISSEZ LA MOITIÉ** de la béchamel sur 4 tranches de pain et recouvrez d'une tranche de jambon blanc.
- 6** **NAPPEZ CHAQUE CROQUE** avec le reste de la béchamel et terminez par une tranche de pain.
- 7** **ENFOURNEZ DANS UN FOUR** chaud à 210° (thermostat 7) pendant 10 min, puis dégustez.





# croque brocoli

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 35 min

préparation : 20 min

## Ingrédients

- ▶ 400 g de brocolis
- ▶ 150 g de munster
- ▶ 40 cl de lait
- ▶ 60 g de farine
- ▶ 60 g de beurre
- ▶ 1 pincée de noix de muscade
- ▶ 8 tranches de pain de mie complet

## Préparation

- 1** CUISEZ LES BROCOLIS 15 min à la vapeur, puis séparez les têtes en petits morceaux.
- 2** FAITES FONDRE LE BEURRE dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 3** AJOUTEZ PETIT À PETIT le lait en remuant avec un fouet, et cuisez 5 min.
- 4** AJOUTEZ LA MUSCADE, les brocolis et le munster.
- 5** RÉPARTISSEZ LA BÉCHAMEL aux brocolis sur 4 tranches de pain de mie, recouvrez d'une autre tranche de pain, et enfourner dans un four chaud à 210° (thermostat 7) pendant 10 min.







# croque chèvre et marmelade

[ Pour 4 personnes ]

facile      cuisson : 10 min      préparation : 20 min

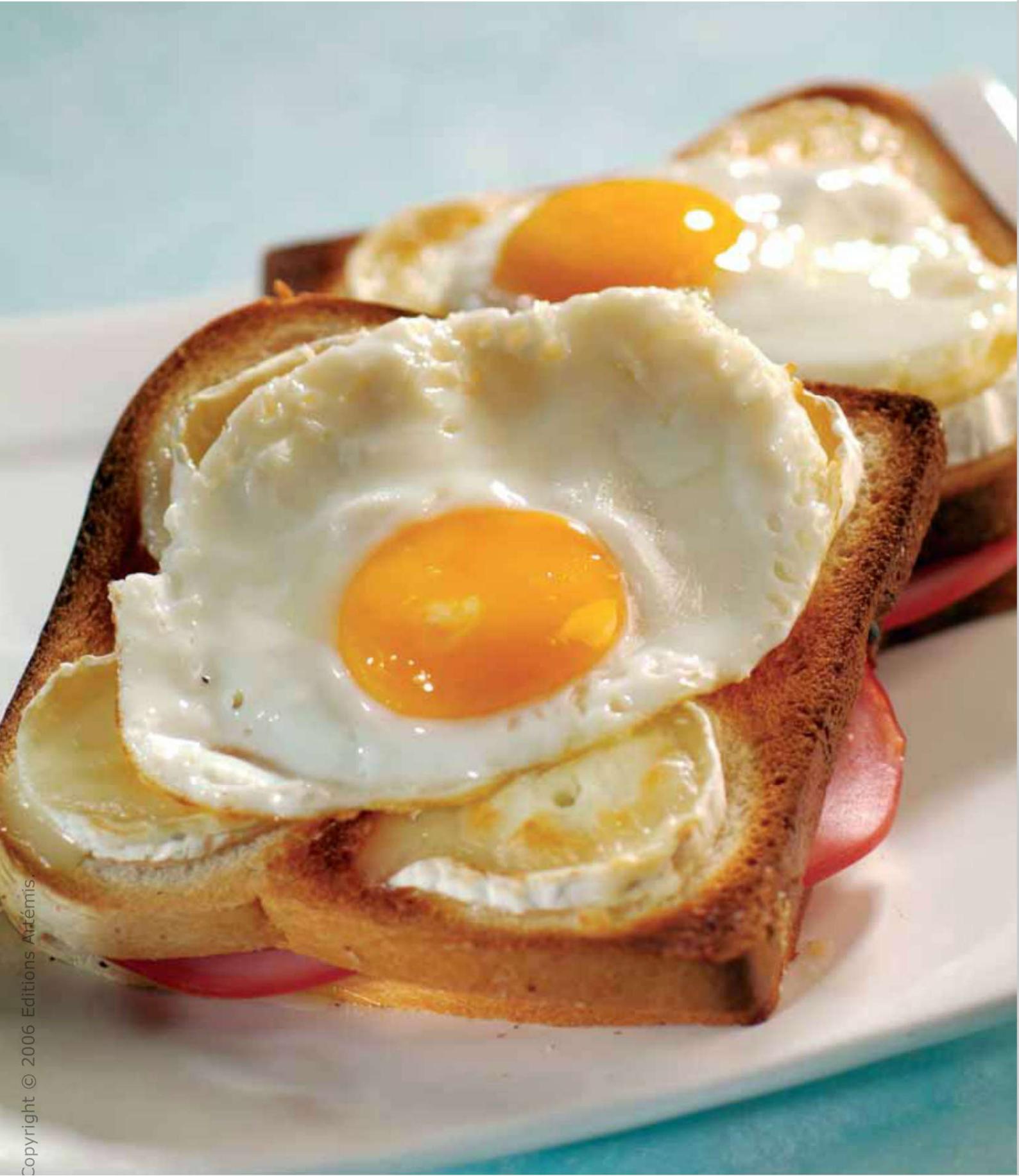


## Ingédients

- ▶ 4 œufs
- ▶ 8 tranches de pain de mie
- ▶ 4 cuillères à soupe de marmelade
- ▶ 400 g de fromage de chèvre en rouleau
- ▶ 12 tranches de bacon
- ▶ 20 g de beurre

## Préparation

- 1** COUPEZ LE CHÈVRE en rondelles.
- 2** TARTINEZ 4 TRANCHES de pain de mie de marmelade et posez sur chacune 3 tranches de bacon.
- 3** RÉPARTISSEZ SUR CES TRANCHES la moitié des rondelles de chèvre.
- 4** RECOUVREZ CHAQUE CROQUE d'une tranche de pain, puis répartissez dessus le reste des rondelles de chèvre.
- 5** CUISEZ LES CROQUES 10 min dans un four chaud à 210° (thermostat 7).
- 6** ENTRE-TEMPS, faites cuire les œufs au plat, dans une poêle avec le beurre bien chaud.
- 7** DÉPOSEZ LES ŒUFS sur les croques et servez.





# croque de Sophie

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 2 min

préparation : 20 min

## Ingrédients

- ▶ 8 tranches de pain d'épices
- ▶ 4 escalopes de foie gras de 50 g
- ▶ 4 tranches de jambon de Parme
- ▶ 40 g de beurre
- ▶ 50 g de cresson

## Préparation

- 1** LAVEZ ET ESSOREZ le cresson.
- 2** FAITES CHAUFFER LE BEURRE dans une poêle, puis saisissez-y les tranches de pain d'épices pendant 2 min.
- 3** COUPEZ LES TRANCHES de jambon en deux et posez-les sur les tranches de pain d'épices.
- 4** POÊLEZ LES ESCALOPES de foie gras pendant 30 sec sur chaque face.
- 5** DRESSEZ EN POSANT les escalopes sur 4 des tranches de pain d'épices, puis recouvrez des tranches restantes.
- 6** DÉCOREZ AVEC LE CRESSON et servez tiède.







# croque dinde et abricot

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 15 min

préparation : 20 min

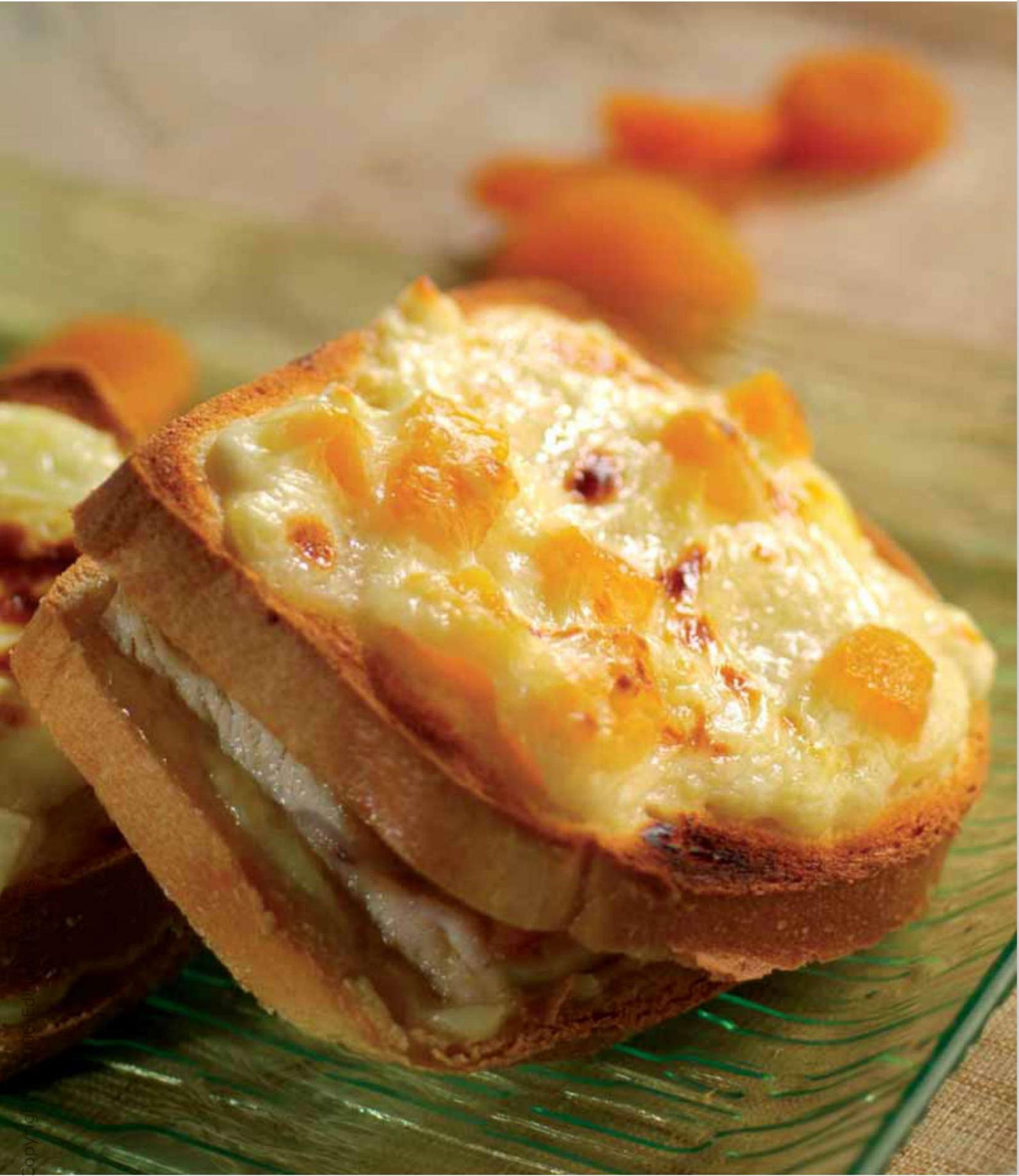
## Ingédients

- ▶ 8 tranches de brioche
- ▶ 4 escalopes de dinde de 100 g
- ▶ 4 abricots secs
- ▶ 4 cuillères à soupe de confiture d'abricots
- ▶ 100 g de fromage de chèvre en rouleau
- ▶ 40 cl de lait
- ▶ 60 g de farine
- ▶ 60 g de beurre
- ▶ 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- ▶ 1 pincée de noix de muscade
- ▶ Sel, poivre du moulin

## Préparation

- 1 FAITES FONDRE LE BEURRE** dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 2 AJOUTEZ PETIT À PETIT** le lait en remuant avec un fouet, cuisez 5 min et assaisonnez.
- 3 COUPEZ LE FROMAGE** de chèvre et les abricots secs en petits dés.
- 4 AJOUTEZ LA MUSCADE**, les dés de chèvre et les dés d'abricots dans la béchamel, puis mélangez.
- 5 FAITES CHAUFFER L'HUILE** d'olive dans une poêle, puis cuisez les escalopes de dinde. Assaisonnez.
- 6 TARTINEZ 4 TRANCHES** de brioche avec la confiture d'abricots, puis répartissez dessus la moitié de la béchamel.
- 7 DÉPOSEZ DESSUS** une escalope de dinde, recouvrez des tranches de brioche restantes, puis nappez du reste de béchamel.
- 8 CUISEZ 10 MIN** dans un four chaud à 210° (thermostat 7) puis dégustez.







# croque espagnol

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 10 min

préparation : 20 min

## Ingrédients

- ▶ 8 tranches de pain de mie
- ▶ 12 grosses tranches de chorizo
- ▶ 100 g de gruyère râpé
- ▶ 40 cl de lait
- ▶ 60 g de farine
- ▶ 60 g de beurre
- ▶ 1 cuillère à soupe de concentré de tomates
- ▶ 1 pincée de noix de muscade
- ▶ Sel, poivre du moulin

## Préparation

- 1 FAITES FONDRE LE BEURRE** dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 2 AJOUTEZ PETIT À PETIT** le lait en remuant avec un fouet, cuisez 5 min et assaisonnez. Incorporez également le concentré de tomates et la muscade.
- 3 RÉPARTISSEZ LA MOITIÉ** de la béchamel sur 4 tranches de pain.
- 4 AJOUTEZ 3 TRANCHES** de chorizo sur chaque croque, recouvrez d'une tranche de pain, puis nappez du restant de béchamel.
- 5 SAUPOUDREZ DE GRUYÈRE** râpé et faites cuire dans un four chaud à 210° (thermostat 7) pendant 10 min.







# croque façon mouclade

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 35 min

préparation : 30 min

## Ingrédients

- ▶ 1 branche de pin
- ▶ 10 cl de crème
- ▶ 90 g de farine
- ▶ 70 g de beurre
- ▶ 700 g de moules
- ▶ 1 échalote
- ▶ 1 feuille de laurier
- ▶ 10 cl de vin blanc sec
- ▶ 16 tranches de pain de mie

## Préparation

- 1** LAVEZ LES MOULES dans une grande quantité d'eau froide.
- 2** ÉPLUCHEZ ET HACHEZ l'échalote, puis faites-la revenir dans une cocotte avec 20 g de beurre pendant 20 min.
- 3** AJOUTEZ LE VIN BLANC, le laurier et portez à ébullition.
- 4** VERSEZ LES MOULES et laissez cuire à couvert pendant 5 min, en remuant de temps en temps.
- 5** UNE FOIS CUITES, décortiquez les moules, et prélevez 40 cl de jus de cuisson.
- 6** FAITES FONDRE LE BEURRE dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 7** AJOUTEZ LE JUS de cuisson des moules, petit à petit, en remuant avec un fouet.
- 8** AJOUTEZ LA CRÈME et faites cuire 5 min. Ajoutez les moules et laissez refroidir.
- 9** RÉPARTISSEZ LA PRÉPARATION sur 8 tranches de pain, puis recouvrez des tranches de pain restantes.
- 10** PLACEZ QUELQUES AIGUILLES de pin dans votre gaufrier, et faites-y cuire les croques pendant 4 min. Enlez les aiguilles de pin et servez.







# croque fromage

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 30 min

préparation : 20 min

## Ingédients

- ▶ 8 tranches de pain de mie
- ▶ 100 g de roquefort
- ▶ 100 g de brie
- ▶ 100 g de gruyère râpé
- ▶ 40 cl de lait
- ▶ 60 g de beurre
- ▶ 60 g de farine
- ▶ 1 pincée de noix de muscade
- ▶ Sel, poivre du moulin

## Préparation

- 1** COUPEZ LE BRIE et le roquefort en petits dés.
- 2** FAITES FONDRE LE BEURRE dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 3** AJOUTEZ PETIT À PETIT le lait en remuant avec un fouet, cuisez 5 min et assaisonnez de sel, de poivre et de muscade.
- 4** RÉPARTISSEZ LA BÉCHAMEL sur 4 tranches de pain de mie.
- 5** AJOUTEZ LA MOITIÉ des dés de roquefort et de brie.
- 6** RECOUVREZ D'UNE TRANCHE de pain, répartissez sur le dessus le restant de roquefort et de brie, puis saupoudrez de gruyère.
- 7** ENFOURNEZ AU FOUR à 210° (thermostat 7) pendant 10 min puis dégustez.





# croque-madame

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 10 min

préparation : 20 min

## Ingrédients

- ▶ 8 tranches de pain de mie
- ▶ 4 tranches de jambon blanc
- ▶ 100 g de gruyère râpé
- ▶ 40 cl de lait
- ▶ 60 g de farine
- ▶ 60 g de beurre
- ▶ 1 pincée de muscade
- ▶ 4 œufs
- ▶ 1 cuillère à soupe d'huile d'arachide
- ▶ Sel, poivre du moulin

## Préparation

- 1** FAITES FONDRE LE BEURRE dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 2** AJOUTEZ PETIT À PETIT le lait en remuant avec un fouet, cuisez 5 min et assaisonnez de sel, de poivre et de muscade.
- 3** RÉPARTISSEZ LA MOITIÉ de la béchamel sur 4 tranches de pain de mie.
- 4** RECOUVREZ D'UNE TRANCHE de jambon blanc, puis d'une tranche de pain de mie.
- 5** NAPPEZ CHAQUE CROQUE-MADAME du restant de béchamel, puis saupoudrez de gruyère et enfournez dans un four chaud à 210° (thermostat 7) pendant 10 min.
- 6** PENDANT CE TEMPS, faites chauffer l'huile d'arachide dans une poêle et faites-y cuire les œufs au plat.
- 7** UNE FOIS SORTIS DU FOUR, surmontez les croques d'un œuf et servez sans attendre.





# croque-monsieur

[ Pour 4 personnes ]

facile

cuisson : 10 min

préparation : 20 min

## Ingrédients

- ▶ 8 tranches de pain de mie
- ▶ 4 tranches de jambon blanc
- ▶ 100 g de gruyère râpé
- ▶ 40 cl de lait
- ▶ 60 g de farine
- ▶ 60 g de beurre
- ▶ 1 pincée de muscade
- ▶ Sel, poivre du moulin

## Préparation

- 1** FAITES FONDRE LE BEURRE dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 2** AJOUTEZ PETIT À PETIT le lait en remuant avec un fouet, cuisez 5 min et assaisonnez de sel, de poivre et de muscade.
- 3** RÉPARTISSEZ LA MOITIÉ de la béchamel sur 4 tranches de pain de mie.
- 4** RECOUVREZ D'UNE TRANCHE de jambon blanc, puis d'une tranche de pain de mie.
- 5** NAPPEZ CHAQUE CROQUE-MONSIEUR du restant de béchamel, puis saupoudrez de gruyère et enfournez dans un four chaud à 210° (thermostat 7) pendant 10 min.





# le secret d'Hervé

[ Pour 4 personnes ]

facile      cuisson : 30 min      préparation : 30 min

## Ingédients

- ▶ 8 tranches de pain de mie complet
- ▶ 400 g de salsifis noirs
- ▶ Le jus d'1/2 citron
- ▶ 4 tranches de jambon de Vendée
- ▶ 40 cl de lait
- ▶ 60 g de farine
- ▶ 60 g de beurre
- ▶ 1 pincée de muscade
- ▶ 100 g d'emmental râpé
- ▶ Sel, poivre du moulin



## Préparation

- 1** ÉPLUCHEZ ET COUPEZ les salsifis en tronçons.
- 2** CITRONNEZ LES SALSIFIS et cuisez-les à la vapeur 15 min.
- 3** FAITES FONDRE LE BEURRE dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez.
- 4** AJOUTEZ PETIT À PETIT le lait en remuant avec un fouet, cuisez 5 min et assaisonnez.
- 5** AJOUTEZ L'EMMENTAL, la muscade et les tronçons de salsifis.
- 6** RÉPARTISSEZ LA MOITIÉ de la béchamel aux salsifis sur 4 tranches de pain.
- 7** AJOUTEZ PAR-DESSUS les tranches de jambon, surmontez des 4 tranches de pain restantes, puis nappez chacun des croques avec le reste de béchamel.
- 8** CUISEZ 10 MIN dans un four chaud à 210° (thermostat 7) et dégustez.



# index



## Sandwichs

- A 380, **4.**
- Le râpé, **6.**
- Mauricette, **8.**
- Sandwich à l'andouillette, **10.**
- Sandwich à la confiture et au beurre de cacahuètes, **12.**
- Sandwich au concombre et aux œufs brouillés, **14.**
- Sandwich au filet de bœuf façon carpaccio, **16.**
- Sandwich au poulet au curry et aux kumquats, **18.**
- Sandwich coleslaw, **20.**
- Sandwich fêta, poivron, concombre, **22.**
- Sandwich mouton-tahina, **24.**
- Sandwich tartare, **26.**
- Sandwich thon-banane, **28.**

## Croque-monsieur

- Bread and butter pudding, **30.**
- Croque au gingembre et à la rose, **32.**
- Croque au jambon cru, **34.**
- Croque au thon et au lait de coco, **36.**
- Croque banane-chocolat, **38.**
- Croque brandade, **40.**
- Croque breton, **42.**
- Croque brocoli, **44.**
- Croque chèvre et marmelade, **46.**
- Croque de Sophie, **48.**
- Croque dinde et abricot, **50.**
- Croque espagnol, **52.**
- Croque façon mouclade, **54.**
- Croque fromage, **56.**
- Croque-madame, **58.**
- Croque-monsieur, **60.**
- Le secret d'Hervé, **62.**

Ouvrage collectif créé par Losange  
Avec la collaboration de : Samuel Butler, Guillaume Mourton,  
Patrick André, Hervé Chaumeton

Coordination éditoriale : Sophie Jutier  
PAO : Francis Rossignol, Isabelle Véret  
Photogravure : Stéphanie Henry, Chantal Mialon

© Losange, 2006  
© Éditions Artémis pour la présente édition  
ISBN : 2-84416-439-0  
N° d'éditeur : 84416  
Dépôt légal : avril 2006

Achevé d'imprimer : mars 2006  
Imprimé en Slovaquie par Polygraf Print GmbH, Presov