

PETIT DÉJ SALÉ

INSTRUCTIONS :

Idéal pour les brunchs du dimanche !!!



Instructions

1. Étalez sur votre tartine de pain complet (évitez le pain industriel) votre avocat écrasé
2. Faites cuire vos oeufs brouillés
3. Assaisonnez vos oeufs et ajoutez un filet de jus de citron sur votre avocat

Liste des courses

Ingrédients	Requis	Quantité
Avocat	<input checked="" type="checkbox"/>	1
Pain complet (non industriel)	<input checked="" type="checkbox"/>	1 à 2 tranches selon votre faim
Oeufs	<input checked="" type="checkbox"/>	2
Citron	<input checked="" type="checkbox"/>	1 filet
Sel et poivre	<input checked="" type="checkbox"/>	1 pincée