# FICHE DE RECETTE

## Dagobert végétarien IPES Namur

| | |
|---|---|
| **Type de recette** | Sandwiche |
| **Nombre de portions** | 1 |
| **Temps de préparation** | |
| **Temps de cuisson** | |
| **Temps de refroidissement** | |
| **Coût matières total (HT) :** | |
| **Coefficient multiplicateur :** | |
| **Prix / Portion (HT) :** | |

## INGRÉDIENTS

| PRODUIT | UNITÉ | QUANTITÉ | PUHT | PTHT |
|---|---|---|---|---|
| Pain baguette | 1 | Pièce (150 gr) | | |
| Omelette aux courgettes | 120 | Gr | | |
| Mayonnaise au chou-fleur | 30 | Gr | | |
| Mix de crudités | 40 | Gr | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| **TOTAL** | | | | |

## DESCRIPTION DE LA RECETTE

1. Couper le pain en deux
2. Étaler la mayonnaise au chou-fleur, disposer l'omelette et parsemer de mix de crudités

GREEN DEAL
Avec le soutien