

POCHETTES DE PAIN PITA AU MONTEREY JACK ET AUX ŒUFS

RECETTE FOURNIE PAR : Les Producteurs laitiers du Canada

SOURCE DE LA RECETTE : Cuisinidées.com

INFO SUR LA RECETTE

PORTIONS : 4

TEMPS DE PRÉPARATION :
15 minutes

INGRÉDIENTS

1/2 tasse (125 ml) de sauce à pizza, non additionnée de sel

4 oeufs brouillés

2 1/2 tasses (625 ml) de légumes, au choix (courgettes, poivrons doux, céleri, oignons verts, etc.), râpés

6 oz (180 g) de Monterey Jack canadien, râpé

12 à 15 pitas miniatures de blé entier (ou 4 grands pitas), coupés en deux

INSTRUCTIONS

ÉTAPE 1

Mélanger la sauce à pizza, les oeufs, les légumes et le Monterey Jack.

ÉTAPE 2

Garnir les moitiés de pain pita du mélange aux oeufs et emporter dans le carton repas, ainsi que les crudités.

Vous trouverez les 15 recettes en vedette au www.MoisdeLaNutrition2018.ca