

SPÉCIAL BOULANGERIE

Vente à Emporter



LE KEBAB **NORMAND**

3

BAGEL AVOCADO KEBAB

4

TACOS DE KEBAB FAÇON **RACLETTE**

5

CURRY KEBAB **VÉGÉTARIEN**

6





LE KEBAB NORMAND

Préparation : 15 min Cuisson : 10 min



INGRÉDIENTS

- 100g de lamelles de kebab méditerranéen sans additifs
- 1 pain kebab
- 1/2 oignon
- 1/2 pomme
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 1 cuillère à café de moutarde à l'ancienne
- 1/2 cœur de laitue
- 15g de noix
- Quelques brins de persil

PRÉPARATION

- Faites revenir les lamelles de kebab 3 minutes dans une poêle bien chaude. Dès qu'elles sont grillées, réservez-les dans un bol et faites suer l'oignon émincé dans la même poêle (ajoutez un peu de matière grasse au besoin). Lorsque l'oignon devient translucide, ajoutez la pomme coupée en morceaux, salez, poivrez.
- Dans un bol, mélangez la crème avec la moutarde. Dès que les pommes sont tendres, ajoutez la crème à votre poêlée et coupez le feu dès que le mélange est chaud.
- En attendant, faites chauffer le pain kebab. Garnissez-le avec quelques feuilles de laitue croquante, la préparation aux pommes, les lamelles de kebab, quelques noix concassées et terminez en parsemant de persil ciselé.

L'astuce du Maître Kebabiste

Pour les gourmands, ajoutez quelques dés de brie Normand et torréfiez les noix quelques minutes dans une poêle sèche.



BAGEL AVOCADO KEBAB

Préparation : 10 min Cuisson : 8 min



INGRÉDIENTS

- 100g de lamelles de kebab poulet sans additifs
- 1 bagel au sésame
- 1/2 avocat
- 1/2 gousse d'ail
- Quelques brins de persil
- Quelques brins de menthe
- 1/2 cuillère à café de cumin en poudre
- 1/4 de citron vert
- 1/4 d'oignon rouge
- Quelques pousses de graines germées

PRÉPARATION

- Dans une poêle avec un filet d'huile, faites revenir les lamelles de kebab jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.
- En attendant, écrasez la chair des avocats dans un bol avec le zeste et le jus du citron, l'ail dégermé et haché, les herbes ciselées, le cumin, ainsi qu'une touche de sel et de poivre. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement au besoin, réservez au frais.
- Coupez l'oignon rouge en fines lamelles.
- Coupez le bagel en deux. Réchauffez-le légèrement au toaster ou au four. Tartinez une face de préparation à l'avocat, ajoutez les lamelles de kebab, quelques rondelles d'oignon rouge et terminez avec les pousses de graines germées.



TACOS KEBAB FAÇON RACLETTE

Préparation : 10 min Cuisson : 15 min



INGRÉDIENTS

- 100g de lamelles de kebab volaille/veau sans additifs
- 1 galette de blé
- 150g de pomme de terre
- 3 tranches de fromage à raclette
- Quelques brins de persil

PRÉPARATION

- Dans une casserole d'eau bouillante, faites cuire les pommes de terre 15 minutes.
- Egouttez et épluchez les puis coupez-les en lamelles .
- Dans une poêle bien chaude, faites revenir les lamelles de kebab 2 à 3 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient bien croustillantes.
- Étalez des lamelles de pommes de terre au centre de chaque galette en formant un rectangle. Salez, poivrez généreusement, et parsemez de persil ciselé.
- Ajoutez les lamelles de kebab puis les tranches de fromage à raclette.
- Repliez la galette en rectangle en serrant bien fort, retournez-la de sorte à avoir le pli sur le dessous.
- Enveloppez le tacos dans une feuille de papier sulfurisé et toastez-le 1 à 2 minutes à l'aide d'un grill panini.



CURRY KEBAB VÉGÉTARIEN



Préparation : 10 min Cuisson : 3 min

INGRÉDIENTS

POUR LE KEBAB

- 100g de lamelles de kebab végétales
- 1 pain Kebab
- 1/2 avocat
- 1/2 carotte
- 1/4 de concombre
- 1/2 cœur de laitue
- Quelques brins de coriandre

POUR LA SAUCE

- 1/2 yaourt à la grecque
- 1 cuillère à café de curry
- 1/2 gousse d'ail
- 1 cuillère à café de moutarde
- 1 cuillère à café de miel liquide
- 1/2 citron vert

PRÉPARATION

- Dans une poêle, faites revenir les lamelles végétariennes à feu vif.
- Dans un bol, mélangez le yaourt avec tous les ingrédients de la sauce : curry, ail haché, moutarde, miel et jus de citron. Salez, poivrez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Réservez.
- Epluchez et coupez la carotte en fins bâtonnets. Coupez le concombre et l'avocat en lamelles, émincez la salade. Ciselez la coriandre.
- Chauffez légèrement vos pains kebab au four ou au grill panini.
- Mélangez les lamelles façon kebab avec la sauce au yaourt. Disposez les légumes dans vos pains et ajoutez le mélange de sauce et de lamelles ; terminez en parsemant le tout de coriandre.

L'astuce du Maître Kebabiste

Pour encore plus de saveurs, remplacez le miel par du chutney de fruits. Si vous aimez les saveurs sucrées salées, ajoutez quelques dés d'ananas qui se marient à la perfection avec ces kebabs. Vous pouvez également ajouter quelques rondelles d'oignon rouge pour apporter un peu de piquant et de croquant.

CONTACTEZ-NOUS

Inélis - Tel : 02.33.77.10.80
info@inelis.fr

REJOIGNEZ-NOUS



WWW.FRANCE-KEBAB-RESTAURATION.COM

Par Passion
Depuis 2000