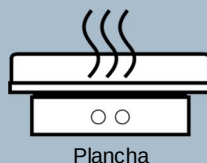


# Veggie Peanut Bagel

Bagel new-yorkais nature, cream cheese, beurre de cacahuète, sommités de brocoli, tagliatelles de carotte, concombre et asperges vertes.



## Mise en place

La veille au soir mettre en décongélation en froid positif les bagels.  
Eplucher les asperges vertes et les cuire dans l'eau bouillante salée environ 2 minutes.  
Eplucher la carotte, la laver et à l'aide d'un économe ou d'une mandoline, réaliser de fines lamelles.  
Procéder de même pour le concombre sans l'éplucher et réserver.  
Laver et préparer des sommités de brocolis et les blanchir dans l'eau bouillante salée, réserver.  
Eplucher l'oignon rouge, l'émincer et réserver.

## Mise en oeuvre

Plusieurs techniques pour chauffer le bagel :  
Couper en 2 par le milieu et chauffer environ 1 minutes 30 dans un toaster.  
Ou couper en 2 par le milieu et chauffer sur une plancha environ 30 secondes à 1 minute coté mie.  
Ou couper en 2 par le milieu et chauffer à la salamandre environ 30 secondes à 1 minute coté mie.  
Ou mettre au four à 160° pendant environ 5 minutes les pains Bagels, puis maintenir au chaud en étuve pendant le début de service à 50/60°, à la commande le couper en deux, le faire légèrement toaster ou s'en servir aussitôt pour le garnir.

Sur la base du pain bagel, étaler le cream cheese puis le peanut butter.  
Ajouter ensuite :  
Les brocolis,  
Les lamelles de carotte et de concombre,  
Les asperges vertes et l'oignon rouge,  
Puis refermer avec le chapeau et servir aussitôt.

| Ingrédients                              | Code SDV | Poids Net |
|------------------------------------------|----------|-----------|
| NEW-YORK BAGEL NATURE                    | 6515     | 1 pces    |
| CREAMY PEANUT BUTTER - B. de cacahuète c | 6710     | 10 g      |
| Cream cheese                             |          | 0.01 pces |
| Asperge vertes                           |          | 20 g      |
| Brocolis                                 |          | 20 g      |
| Carottes                                 |          | 20 g      |
| Concombre                                |          | 10 g      |
| Oignons rouges                           |          | 10 g      |