

Croq-o-crab

Difficulté : Facile

Préparation : 15 min / Cuisson : 6 à 7 min

Ingredients pour 4 personnes :

8 tranches pain de mie

250 g de comté râpé

2 boîtes chair de crabe

Sauce béchamel :

60 g de farine

60 g de beurre

Lait

2 cuillères à soupe de sauce soja

2 cuillères à café d'huile de sésame

Préparation :

Préchauffez le four à 180° C.

faites fondre le beurre dans une casserole.
Ajoutez ensuite la farine et mélangez avec un fouet.

Ajoutez le lait au fur et à mesure en mélangeant
et laissez cuire à petit bouillon pendant quelques minutes

Ajoutez 2 cuillères à soupe de sauce soja et 2 cuillères à café d'huile de sésame.
Assaisonnez avec du poivre avant de retirer la casserole du feu.

Égouttez la chair de crabe avant de l'ajouter dans la préparation précédente.
Mélangez, ajoutez aussi du comté râpé et bien mélanger le tout.

Tartinez 4 tranches de pain de mie avec un peu de beurre
et placez le côté beurre sur une plaque de cuisson recouverte de papier cuisson.

Étalez deux cuillères à soupe de préparation au crabe.
Recouvrez d'un peu de comté râpé

Refermez les croques avec les 4 tranches restantes, remettre un peu
de préparation sur le dessus et parsemer de nouveau d'un peu de comté râpé

Enfournez les croque-monsieur au crabe et faites cuire pendant 6 minutes.

Vous reste plus qu'à passer à table

Bon appétit à toutes & tous !!