



Les plats principaux

Sandwich Katsu sando

Pour 4 personnes.

Ingrédients

Pour le sandwich

2 escalopes (porc)
8 tranches pain
1 cuillère à soupe de beurre
2 cuillères à soupe de moutarde de Dijon
150 grammes choux pointus (finement haché)
200 millilitres huile de tournesol

Pour la sauce

4 cuillères à soupe de sauce Worcester
4 cuillères à soupe de ketchup
2 cuillères à soupe de sauce soja
2 cuillères à soupe de sucre

Des friandises pour la boîte à lunch

2 carottes
1/2 concombre
1/2 poivron rouge

Méthode de préparation

Mélangez tous les ingrédients pour la sauce et réservez.

Faites frire les schnitzels de porc dans une poêle avec de l'huile de tournesol ou dans une friteuse à 170°C jusqu'à ce qu'ils soient dorés pendant 5 minutes, coupez-les en deux et réservez.

Tartinez une demi-tranche de pain de moutarde et parsemez-la de chou blanc. Disposez la moitié d'un schnitzel croustillant dessus et nappez de sauce katsu maison. Beurrez l'autre tranche de pain et utilisez-la pour fermer le sandwich. Coupez le sandwich en deux avant de servir. Lavez les tomates cerises, écalez et coupez l'œuf dur en

rondelles, et garnissez-en votre déjeuner.

Conseil !

Enveloppez le sandwich dans du papier beurre puis coupez-le en deux. Ainsi il reste bien compact.

