

Sandwich oeuf, salade, lardons et bleu

écrit par Pariseyn | 6 juin 2017



Voilà un sandwich addictif qui aurait pu trouver son origine en France, mais qui nous vient des USA sous le nom « Fried egg sandwich with bacon and blue cheese ». Au début, ça fait un peu bizarre comme composition, mais il a beaucoup plu à ceux qui l'ont goûté !

Ingrédients, pour 4 sandwiches :

4 [ciabatta](#) ou [pains à pan bagnat](#)

4 œufs

125 g de lardons

80 g de Roquefort ou de bleu

120 g de salade frisée

2 gousses d'ail écrasées

1 gousse d'ail pour frotter le pain

Vinaigrette balsamique

Sel, poivre du moulin

Laver et éplucher la frisée en enlevant les plus grosses côtes. Egoutter la salade.

Faire revenir les lardons dans une poêle à feu vif jusqu'à ce qu'ils soient colorés, puis déglacer avec 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique. Réserver.

Préparer la vinaigrette balsamique : dans un saladier,

mélanger 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique, 3 cuillères à soupe d'huile, 1 cuillère à café de moutarde forte, 2 gousses d'ail écrasées. Saler, poivrer.

Ajouter la salade et les lardons tièdes. Mélanger, goûter et rectifier l'assaisonnement.

Faire chauffer une poêle antiadhésive à feu vif et casser les œufs dans un cercle de 10 cm préalablement huilé. Quand le blanc est pris, décoller délicatement l'œuf du cercle avec la pointe d'un couteau et le retourner pour cuire légèrement le côté du jaune. On peut plus simplement cuire un œuf au plat traditionnel comme montré ci-dessous.

Composer le sandwich :

Couper le pain en deux dans l'épaisseur et faire toaster quelques minutes au grille-pain ou sous le gril du four.

Frotter les pains avec une gousse d'ail écrasé.

Imbiber le talon de vinaigrette balsamique.

Déposer une bonne dose de frisée aux lardons, ajouter des miettes de Roquefort, puis déposer l'œuf frit.

Refermer le sandwich sans trop appuyer et déguster.

