

MINI CROQUE-MONSIEUR

*8 tranches de pain de mie
1/2 poivron rouge coupé en fines lanières
30 g de margarine végétale
3 c. à s. de farine
300 ml de lait de soja non sucré
30 g de levure maltée en paillettes
sel-poivre
un peu de margarine végétale*

Faire fondre la margarine, y jeter la farine et mélanger jusqu'à obtenir un roux. Verser le lait de soja en fouettant et laisser épaissir sur feu doux. Ajouter la levure, le sel et le poivre, selon le goût.

Laisser refroidir complètement cette sauce, de manière à ce qu'elle se solidifie. Beurrer un côté des tranches de pain, et sur l'autre face, tartiner de la sauce blanche. Déposer sur l'une des faces des lanières de poivron et refermer deux par deux les tranches de pain.

Cuire les croque-monsieur jusqu'à ce que le pain soit bien doré, et couper chacun en quatre parties. Servir chaud ou froid.