

Feuilletés Sapin

INGRÉDIENTS

- 1 rouleau de pâte feuilletée
- 16 olives
- 3 tranches de jambon blanc
- 8 carrés de comté



PRÉPARATION



- Étaler la pâte feuilletée sur un plan de travail
- Déposer du jambon blanc sur la pâte
- Découper des bandes fines et plier la pâte de manière à former un sapin
- Mettre les sapins sur une pique et enfourner 30mn à 180°
- Insérer une olive en haut et en bas des sapins puis les piquer dans les cubes de comté



Atouts Nutritionnels

Une recette festive pour l'apéritif et facile à réaliser avec les enfants.

Valeurs nutritionnelles pour 1 sapin :

110 Kcal

Protéines : 4g

Glucides : 6g

Lipides : 8g