



## Petits choux salés chèvre tomate

### Ingrédients

- LEISI pâte feuilletée
- g Fromage de chèvre frais nature
- El. Arome MAGGI
- Œuf, jaune, cru, frais
- El. fromage blanc 40% de matière grasse nature
- El. Graines de pavot
- tomates confites

### Préparation

1. Préchauffez votre four à 220°C en mode traditionnel.
2. Déroulez la pâte et découpez des cercles de 3 cm de diamètre environ. Déposez-les sur la plaque du four couverte de papier sulfurisé. Badigeonnez-les de jaune d'oeuf et saupoudrez-les de graines de pavot. Faites-les cuire 10 à 12 minutes et laissez-les refroidir.
3. Mélangez le fromage de chèvre avec les tomates séchées et l'Arome.
4. Ouvrez les petits choux dans l'épaisseur et garnissez-les de billes de fromage à la tomate.

⌚ 22

⊕ 10 Portions

|               |            |
|---------------|------------|
| Kohlenhydrate | 6.21 g     |
| Energie       | 34.87 kcal |
| Fette         | 4.02 g     |
| Protein       | 1.37 g     |