Freakshake petit-déjeuner



Produits Bresc utilisés



Bresc Mélange de champignons 450g



Bresc Purée de gingembre 450g

Ingrédients

10

- 1000 g d'épinards
- 1000 g de mangues (en cubes, surgelés)
- 1000 g de poitrine fumée
- 125 g de mushroom mix Bresc
- 40 g d'échalote fraîchement hachée Bresc
- 10 petits pains bagels
- 20 fraises
- 10 œufs
- 5 bananes
- 10 pointes de pastèque
- 20 dl de yogourt entier
- 3 dl de crème fraîche
- 3 jus de citron vert
- 10 mini pains au chocolat
- 13 g de purée de gingembre Bresc
- 10 brindilles de cresson
- 10 pailles

Méthode de préparation

Mixer les épinards, le yogourt, la banane, la mangue, le citron vert et le gingembre en un smoothie. Cuire les bagels et les couper en deux. Mélanger les œufs, l'échalote, le mélange aux champignons (mushroom mix) et la crème fraîche, et en faire des œufs brouillés. Faire frire la poitrine fumée, la mettre sur le bagel et verser les œufs brouillés par-dessus en laissant le milieu du bagel libre. Piquer la pastèque et les fraises dans les pics à brochette. Verser le smoothie dans un verre et poser le bagel sur le bord. Passer la paille dans le trou du bagel, et décorer le bagel avec les brochettes de fruits, un mini pain au chocolat et les brindilles de cresson.

Bresc BV Jakobsstaf 6 4251 LW Werkendam The Netherlands T. +31 (0) 183 200 000