

EXORCISME D'EPINARDS

Pour 4 personnes

Préparation : 10 minutes Cuisson : 20 minutes

- de 5€



Ustensiles :

- 1 four à micro-ondes
- 1 cuillère

Ingrédients :

- 4 tranches de jambon
- 1 sachet de palets d'épinards surgelés
- 4 c. à soupe de fromage blanc
- Comté

La cantine de votre enfance a eu une influence néfaste sur vous. Tout ce qui est vert vous rebute et rien que l'évocation du mot " épinard " provoque des spasmes incontrôlables. Voici une recette pour exorciser vos vieux démons :

1. Cuisez les épinards au micro ondes 5 min à pleine puissance pour tuer toutes les mauvaises ondes qui pourraient nuire à l'exorcisme.
2. Déposez 3 cuillères d'épinards sur chaque tranche de jambon. L'odeur qui s'en dégage est déjà nettement meilleure que celle de votre enfance.
3. Ajoutez une cuillère de cuillère de fromage blanc et quelques copeaux de comté sur le dessus. Délicieux !
4. Refermez chaque tranche de jambon sur les épinards et nappez à nouveau d'un peu de fromage blanc et de comté.
5. Mettez au four pour être sûr qu'aucun démon ne revienne vous hanter.
6. Goûtez...Mais c'est bon ! L'exorcisme est réussi ! Vous êtes guéri! Bon, il va falloir songer à s'occuper des salsifis !