



# Rôties au bacon de dos, tomate, fromage et avocat

Temps total : 5 min Préparation : 5 min Portions : 2 Difficulté : Facile

## Ingrédients

- 2 tranches de bacon de dos non-cuites
- 2 c. à soupe de fromage cheddar fort 50 % moins de gras, râpé
- 1 c. à soupe d'oignon vert non-cuit, tranché
- 1 tranche de pain 100 % de blé entier ou de seigle WW, grillé
- 1 c. à thé de moutarde à l'ancienne
- 1 petite tomate fraîche, tranchée
- 1/4 avocat, coupé en dés
- 1 pincée de sel de table
- 1 pincée de poivre noir

## Directives

Cuire le bacon dans une petite poêle à frire antiadhésive à feu moyen, en le retournant une fois, jusqu'à ce qu'il soit doré, pendant environ 2 minutes. Parsemer le bacon de fromage et d'oignon vert; couvrir et cuire à feu doux jusqu'à ce que le fromage fonde, pendant environ une minute. Tartiner la rôtie de moutarde; garnir du bacon avec fromage, de tomate et d'avocat. Assaisonner de sel et de poivre noir fraîchement moulu.