



En collaboration avec

**Betty Bossi**

Apéritif

## Spirales croustillantes aux tomates

**Mise en place et préparation:** env. 15 min

**Cuisson au four:** env. 20 min

**Énergie Pièce (1/15):**

138 kcal / lip 5 g / glu 19 g / pro 5 g  
végétarien

**Pour env. 15 pièces**

- 140 g de tomates séchées à l'huile
- 60 g de gruyère râpé
- 1 c. c. de basilic séché
- un peu de poivre
  
- 1 abaisse de pâte à pizza (d'env. 28 × 38 cm)
- 1 œuf

**Voici comment faire:**

- 1 Garniture:** préchauffer le four à 200° C. Égoutter les tomates, les couper finement, mettre dans un grand bol. Incorporer gruyère, basilic séché et poivre.
- 2 Façonnage:** dérouler l'abaisse. Étaler la garniture en longueur sur une moitié de pâte, rabattre l'autre moitié, appuyer un peu. Couper la pâte dans la largeur en lanières d'env. 2 cm de large, torsader sans trop serrer, disposer sur une plaque chemisée de papier cuisson en espaçant bien. Battre l'œuf, en badigeonner les spirales.
- 3 Cuisson:** env. 20 min au milieu du four. Retirer, laisser refroidir sur une grille.

**Suggestion:** ces spirales croustillantes sont bien meilleures tout droit sorties du four.

Conseil d'achat

**Vous trouverez  
ces ingrédients  
au Coop Pronto.**

