

## **SANDWICH GREC**

### **Sandwichs**

Posté par: essya

Publiée le : 22/1/2005 8:50:52

### SANDWICH GREC



Ingrédients pour 4 personnes :

- 6 cuillères à soupe d'huile d'olive vierge extra
- 1 yaourt nature bien égoutté
- 2 cuillères à soupe de jus de citron
- 1 gousse d'ail pilé
- 1 cuillère à café de sucre
- 1 cuillère à café d'origan frais haché
- 1 cuillère à café de sel
- 1/2 cuillère à café de poivre
- 4 pains pita ronds
- 1/2 laitue
- 1 petit oignon
- 1/2 concombre
- 1 tomate pas trop mûre
- 1/2 poivron vert
- 150 g de feta
- 12 olives grecques dénoyautées

Préparation :

1/ Couper l'oignon et les olives en fines rondelles. Couper la tomate, le poivron, le concombre et la feta en petits dés. Emincer la laitue en julienne.

2/ Mélanger ensemble l'huile d'olive, le yaourt, le jus de citron, l'ail, le sucre, l'origan, le sel et le poivre. Ajouter les légumes.

3/ Toaster légèrement les pains pita. Ouvrir et garnir avec la préparation antérieure. Fermer en forme de rouleau.

Envelopper les sandwiches dans du papier d'aluminium afin de ne pas en répandre la garniture.