

# Sandwich « peanut butter and jelly »

Retrouvez toutes les recettes de  
Marielle sur notre blog de cuisine :  
[www.cuisine-moi-un-fenouil.fr](http://www.cuisine-moi-un-fenouil.fr)



5 minutes



Sans cuisson



6 personnes

## INGRÉDIENTS

- 2 tranches de pain de seigle\* et épeautre\* (aussi appelé « pumpernickel »)
- 2 c à s de beurre de cacahuètes\* GoNuts
- 2 c à s de spécialité aux myrtilles ou aux fraises (sans sucre ajouté)
- 1 banane mûre

\*peut contenir des allergènes

1. Étaler le beurre de cacahuètes sur la tranche de pain de seigle.
2. Recouvrir de spécialité aux myrtilles ou aux fraises.
3. Couper la banane en rondelles et l'ajouter au « sandwich ».
4. Déguster avec un thé, une tisane ou un café, au petit-déjeuner ou au goûter !

**FENOUIL SARGÉ**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
ZAC de la Pointe  
02 43 81 87 71

**FENOUIL UNIVERSITÉ**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
22 bd. Louis Leprince-Ringuet  
02 43 88 36 70

**FENOUIL RÉPUBLIQUE**  
du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
1 b rue Gambetta  
02 85 29 15 80

**FENOUIL ATLANTIDES**  
du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
6 avenue d'Hauza  
02 85 29 29 69

**FENOUIL ANTARÈS**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
Giratoire de César  
02 43 78 93 82