

OMELETTE À L'OSEILLE

Juin 2005 (Actualisé en mars 2017)

Ingrédients (2 personnes) :

- ★ 5 œufs
- ★ 50 g de beurre (20 + 30)
- ★ 125 g de feuilles d'oseille fraîches
- ★ 4 brins de persil
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Casserole, Bol, Jatte, Poêle, Fouet

Préparation : 5 mn

Cuisson : 11 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 2,30 € (soit 1,15 € par personne)



Recette :

Laver les feuilles d'oseille, les égoutter, éliminer la tige et la nervure centrale des feuilles. Dans une casserole faire fondre 20 g de beurre, ajouter l'oseille et cuire à feu doux durant 5 minutes en remuant sans cesse. Ciseler finement le persil. Casser les œufs un par un dans un bol et les verser dans une jatte; ajouter une cuillère à soupe d'eau, saler, poivrer. Ajouter l'oseille, le persil et battre au fouet pour bien mélanger. Chauffer le reste de beurre dans une poêle à feu moyen, lorsque le corps gras est bien chaud, verser la préparation à l'œuf.

A l'aide d'une spatule en bois soulever les parties cuites du bord de la poêle et incliner celle-ci pour faire couler la partie liquide du mélange vers les bords. Lorsque la cuisson est pratiquement terminée rouler l'omelette sur elle-même. Accompagner de pommes de terre sautées.

Boisson :

Un Luberon rouge servi à 15°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.