

OMELETTE PAYSANNE

Mars 2004 (Actualisé en mars 2017)

Ingrédients (2 personnes) :

- ★ 5 œufs
- ★ 50 g de beurre (30 + 20)
- ★ 150 g de petits pois frais (60 g de grains)
- ★ 300 g de pommes de terre à chair ferme
- ★ Une pincée de bicarbonate de soude
- ★ 1 demi-morceau de sucre
- ★ 1 cuillère à café de gros sel gris de Guérande
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Bol, Jatte, 2 Poêles, Casserole

Préparation : 15 mn

Cuisson : 35 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 1,85 € (soit 0,93 € par personne)



Recette :

Écosser les petits pois. Peler les pommes de terre, les couper en dés de 1 cm de côté, les rincer et les sécher. Porter une casserole d'eau à ébullition, ajouter le gros sel, le sucre, les petits pois, une pincée de bicarbonate. Cuire 20 minutes et rafraîchir. Faire fondre 30 g de beurre dans une poêle, ajouter les dés de pommes de terre et cuire à feu doux et à couvert de 20 à 25 minutes en remuant de temps en temps, saler et poivrer en fin de cuisson.

Casser les œufs un par un dans un bol et les verser dans une jatte; ajouter une cuillère à soupe d'eau, saler, poivrer. Battre avec une fourchette pour bien mélanger. Chauffer le reste de beurre dans une poêle à feu moyen, verser les petits pois égouttés, les dés de pommes de terre, réchauffer 2 minutes puis ajouter 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. Ne pas rouler l'omelette, la faire glisser dans le plat de service. Servir avec une salade verte, vinaigrette à l'échalote.

Boisson :

Un Luberon rouge servi à 16°C. (*)

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