



*Œufs*

# Oeufs brouillés de la mer



**20 min 20 min**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

**0**

CUISON

**0**

REPOS

**256**

CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

6 unité(s) entière(s)

**Oeuf(s) entier(s)**

4 c. à soupe **Crème  
fraîche épaisse**

10 g **Beurre**

4 tranche(s) **Saumon fumé**

4 tige(s) **Ciboulette**

1 **Sel**

1 **Poivre**

## Étape 1

### Préparation des oeufs brouillés

- 1 Casser délicatement les oeufs à l'aide du coupe oeuf dans le saladier et les fouetter légèrement. Réserver les coquilles
- 2 Ajouter la moitié du beurre coupé en petits morceaux et saler très légèrement.
- 3 Ne pas trop saler, le saumon fumé est généralement salé.
- 4 Laver les coquilles d'oeufs.
- 5 Si on ne possède pas de coupe-oeuf, percer un trou en haut et en bas de l'oeuf puis souffler d'un côté afin d'extraire l'oeuf. Une fois la coquille vide, la couper délicatement et le plus précisément possible avec la pointe d'un couteau.
- 6 Préparer un bain-marie.
- 7 Réaliser des oeufs brouillés dans le bain-marie.

## Étape 2

### Dressage

- 1 Ciseler la ciboulette.
- 2 Couper de petits dés de saumon fumé.

- 3 Verser la crème et le reste du beurre sur les oeufs hors du feu et mélanger.
- 4 Ajouter les dés de saumon fumé et la ciboulette.
- 5 Remplir les coquilles d'oeufs vides de ce mélange à l'aide d'une petite cuillère.
- 6 Servir chaud