



Œufs

Omelette soufflée à la brousse



30 min 10 min 20 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

114

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour l'omelette soufflée

5 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
2 c. à soupe **Eau**
120 g **Fromage blanc**
10 g **Beurre**
4 feuille(s) **Menthe fraîche**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de l'omelette

- 1 Clarifier les oeufs.
- 2 Mélanger au fouet les jaunes avec une cuillère à soupe d'eau, le sel et le poivre.
- 3 Ajouter la brousse et bien mélanger.
- 4 Ciseler finement la menthe et l'ajouter au mélange.
- 5 Battre les blancs en neige.
- 6 Beurrer le cercle à entremets dans la poêle et mettre sur feu vif.
- 7 Incorporer délicatement les blancs aux jaunes.

Étape 2

Cuisson de l'omelette

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Mettre le reste du beurre dans la poêle bien chaude et attendre qu'il soit entièrement fondu.
- 3 Ajouter l'omelette et laisser cuire 5 minutes.
- 4 Placer le tout au four pour 15 minutes.
- 5 Servir aussitôt.