Œufs

Omelette aux cèpes de la montagne noire

25 min	15 min	10 min	0	177
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la garniture

500 g **Cèpe**
2 **Gousse(s) d'ail**
3 branche(s) **Persil frisé**
5 cl **Huile d'olive**

Ingrédients pour l'omelette

8 unité(s) entière(s) **Oeuf(s) entier(s)**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la garniture

1. Nettoyer les chapeaux et les pieds des cèpes en les frottant délicatement avec du papier absorbant imprégné d'eau.
2. Retourner les champignons et nettoyer les lamelles avec un pinceau afin d'enlever toute trace éventuelle de terre.
3. Couper la base terreuse avec le couteau d'office.
4. Couper les cèpes en deux puis tailler chaque moitié en tranches avec le couteau éminceur.
5. Peler les gousses d'ail à l'aide d'un couteau d'office et les hacher finement avec un couteau éminceur.
6. Ciseler finement le persil avec le couteau éminceur puis réserver.

Étape 2

Cuisson de la garniture

1. Faire chauffer l'huile dans une poêle anti-adhésive.
2. Mettre les cèpes dans l'huile chaude et les faire revenir vivement pendant 5 minutes afin que leur eau de végétation s'évapore.

3 Ajouter l'ail et le persil puis mélanger avec une spatule.

Étape 3

Cuisson de l'omelette

1 Casser les œufs dans un saladier.

2 Assaisonner de sel et de poivre puis battre les œufs à l'aide d'une fourchette.

3 Verser les œufs battus sur les champignons, en faisant tourner la poêle pour que l'omelette s'étale bien.

4 Laisser cuire 5 minutes en soulevant légèrement les bords de l'omelette avec une spatule pour que la partie liquide s'écoule sur le fond de la poêle.

Étape 4

Dressage

1 Déposer l'omelette dans un plat et servir aussitôt.