

Omelette aux champignons & bleu



QUANTITÉ

1 personne



PREPARATION

10 minutes



REPOS

Non



CUISSON

15 minutes

CE QU'IL VOUS FAUT

- 3 œufs
- 5/6 champignons de Paris
- 1 cuillère à café d'huile d'olive
- une pincée d'ail semoule
- du fromage bleu (Roquefort ou Saint-Agur)
- du sel et du poivre
- une noix de beurre
- des graines germées (facultatif)



Coupez les champignons de Paris en fines lamelles.

Faites les revenir avec l'ail semoule dans un filet d'huile d'olive pendant 7-8 minutes.

Réservez.

Dans un bol, battez les œufs jusqu'à obtenir un mélange mousseux.

Ajoutez une partie des champignons (environ la moitié), le fromage bleu coupé en cubes, le sel et le poivre.

Mélangez bien.

Astuce : je mets mes œufs, le fromage, le sel et le poivre dans un mixeur et je mixe pendant quelques secondes. Ça permet d'obtenir une omelette bien homogène et lisse à la cuisson.

Faites chauffer une poêle avec la noix de beurre.

Lorsque la poêle est bien chaude, faites cuire l'omelette entre 5 et 10 minutes (selon comment vous l'aimez).

Lorsqu'elle est cuite, décollez-la délicatement de la poêle, pliez-la en deux et déposez-la dans votre assiette.

Ajoutez dessus le reste des champignons et les graines germées.