

RECETTE

Salade tiède chorizo et œufs mollets

(pour 4 personnes)

Préparation : 20 mn Cuisson : 20 minutes

Ingrédients :

- 1 Chorizo
- 500g de Pommes de terre nouvelles
- 2 gousses d'ail
- 4 cuil à soupe d'huile d'olive
- 4 œufs mollet
- 125g d'haricots verts
- 2 cuil à soupe de vinaigre
- 4 brins de persil ciselé

Préparation:

1- Laver les pommes de terre sans les peler et les faire cuire 15 min dans de l'eau bouillante salée. Ajouter les haricots verts 5 min avant la fin de la cuisson. Égoutter le tout et réserver dans un saladier.

2- Couper le chorizo en rondelles. Faire chauffer une poêle à feu moyen. Mettre les rondelles de chorizo et les gousses d'ail émincées. Faire suer le tout 5 min.

3- Éteindre le feu, déglacer au vinaigre puis verser le tout dans le saladier avec les pommes de terre et les haricots verts.

4- Pendant ce temps, faire cuire les œufs mollets. Une fois refroidis, écaler-les soigneusement.

5- Arroser la salade d'huile d'olive et mélanger délicatement. Garnissez-en des assiettes de service avant de parsemer de persil plat ciselé. Disposer sur le dessus les œufs mollets coupés en deux.

RECETTE

Tartinade d'œufs durs

(pour 4 personnes)

Préparation : 5 mn Cuisson : 5 minutes

Ingrédients :

- 30 g d'Échalotes
- 5 œufs durs
- 2 cuil à soupe de Mayonnaise
- brins de ciboulette
- 2 cuil à café de Moutarde
- 1 pincée de poivre et sel



Préparation:

1- Hacher l'échalotte finement puis les œufs durs

2- Mélanger l'échalotte, les œufs avec la mayonnaise, la moutarde.

3- Ajouter la ciboulette ciselée, le sel et le poivre.

4- Mettre la préparation sur des toasts de pain grillé.

Idéal pour varier de l'apéritif ou en salade.

Variante : vous pouvez mettre la préparation dans des feuilles d'endives à la place du pain grillé.



RECETTE

Oeuf cocotte en coque de poivron

(pour 4 personnes)

Préparation : 5 mn Cuisson : 5 minutes

Ingrédients :

- 4 Poivrons moyens
- 4 Œufs
- 20cl Crème fraîche
- Quelques tomates cerises
- Huile d'olive
- Sel, Poivre



Préparation:

- 1-Préchauffer le four à 200 °C.
- 2- Creuser et épépiner les poivrons. Badigeonner les d'un peu d'huile d'olive et déposer les sur une plaque. Enfourner 20 min.
- 3- Casser 1 œuf à l'intérieur de chaque poivron. Ajouter les tomates cerises coupées en 2, 5 cl de crème, le sel et le poivre dans chaque poivron.
- 3- Enfourner 10 min environ et dégustez sans attendre.

Idéal avec une salade verte.

Vous pouvez aussi rajouter du fromage râpé sur le dessus des œufs avant d'enfourner.



Unifermes 69700 BEAUVALLON 04-78-44-05-07
Site internet : www.unifermes.fr/ Facebook : Unifermes

RECETTE

Oeuf cocotte au fromage

(pour 4 personnes)

Préparation : 5 mn Cuisson : 5 minutes

Ingrédients :

- 1/4 de Montagnard de chèvre
- 4 œufs
- 20cl de crème fraîche d'Unifermes
- 4 pincées de cumin
- Sel, Poivre
- des brins de persil et de ciboulette

Préparation:

- 1-Préchauffer le four à 200 °C .
- 2- Casser 1 œuf dans chaque ramequin, verser 5 cl de crème par-dessus et parsemer d'une pincée de cumin.
- 3-Ajouter des petits dés de Montagnard, le persil et la ciboulette ciselé ainsi que le sel et poivre. Puis recouvrir chaque ramequin de son couvercle ou de papier cuisson.
- 4- Enfourner pour 5 min.

Idéal avec une salade verte.



Unifermes 69700 BEAUVALLON 04-78-44-05-07
Site internet : www.unifermes.fr/ Facebook : Unifermes