



Recette

Œufs brouillés aux épinards

Une recette végétarienne simple et facile qui plaît à tout le monde.

15 Min.

Temps de préparation



20 Min.

Temps total



Ingrédients pour 4 personnes

QUANTITES

2cs de beurre

200g d'épinards en branches **De saison**

1 oignon, finement haché

8 œufs

0,5 dl de lait

1cc de sel

poivre

1cs de beurre

Voici comment faire

1 de 1

PRÉPARATION Faire chauffer le beurre dans une poêle antiadhésive. Faire revenir l'oignon, ajouter les épinards et continuer de faire revenir jusqu'à ce que les épinards tombent. Battre les œufs et le lait, ajouter les épinards, mélanger et assaisonner. Faire chauffer le beurre dans la même poêle, verser la masse dans la poêle et laisser prendre pendant environ 30 secondes à feu moyen. Pousser la masse de l'extérieur vers l'intérieur. Les œufs brouillés devraient présenter une surface humide et brillante. Placer les œufs brouillés sur des assiettes préchauffées.