



Recette

Omelette aux asperges

Un repas du soir idéal avec beaucoup de vert

20 Min.

Temps de préparation



35 Min.

Temps total



Ingrédients pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

500 g d'asperges, bouts épluchés, évent. coupées en deux transversalement

50 g de pourpier

1 cs de beurre à rôtir

8 œufs, battus

1 cc de sel, poivre

1 bouquet d'herbes mélangées, ciboulette et persil, finement coupées

150 g de fromage frais de chèvre

Voici comment faire

1 de 1

ASPERGES

Faire revenir les asperges pendant env. 10 minutes dans le beurre chaud dans une grande poêle antiadhésive. Réduire en purée les œufs avec les épices et les herbes, verser dans la poêle et faire prendre à petit feu. Dresser l'omelette avec le fromage frais et le pourpier ou du cresson.