



OMELETTE AUX 3 CHAMPIGNONS



2 pers.



4 pers.

Ingrédients

Dans votre box :

Œufs	6 œufs	12 œufs
Pleurotes	100 g	200 g
Shiitake	100 g	200 g
Champignons de Paris	50 g	100 g
Persil	¼ botte	½ botte
Echalote(s)	1 pièce	2 pièces
Ail	1 gousse	2 gousses

Dans votre placard :

Huile de tournesol	3 cl	5 cl
Beurre	15 g	30 g
Poivre du moulin		
Sel fin		



Réalisation de la recette



Préparation : 10 mn



Cuisson : 5 mn

1. Les légumes

- Rincez rapidement les champignons et les sécher. Effeuiliez les pleurotes. Coupez en quartiers les Shiitake et les champignons de Paris.
- Epluchez la ou les échalote(s) et l'ail et les hacher. Lavez, séchez puis hachez les feuilles de persil.
- Dans un bol, battre les œufs et les assaisonner de sel et de poivre.
- Dans une poêle, avec un filet d'huile, faire sauter à feu fort les champignons avec une pincée de sel pendant 3 minutes afin de leur faire perdre une partie de leur jus. Ajoutez l'échalote, l'ail et le persil et poursuivre la cuisson 1 minute.

2. L'omelette

- Dans une poêle, faire fondre le beurre, puis ajoutez les œufs pour réaliser l'omelette. Une fois que l'omelette commence à prendre, déposez au centre de la poêle les champignons puis roulez l'omelette sur elle-même.

3. Le dressage

- Dressez l'omelette dans un plat légèrement préchauffé afin d'éviter que l'omelette ne refroidisse trop vite et coupez de grosses tranches.

4. Le + du Chef

- Il est très important d'utiliser des œufs à température ambiante pour réaliser l'omelette, elle en sera encore plus moelleuse.

5. Les Shiitake

- Les Shiitake, aussi connus sous le nom de Lentins de chène, sont des champignons originaires d'Asie. Très parfumés, ils sont reconnaissables à leur chapeau brun arrondi parsemé de taches plus claires. Ils sont particulièrement présents dans la gastronomie chinoise, coréenne et japonaise. Ce sont les champignons les plus cultivés après les champignons de Paris.

