

Omelette au Chèvre, Courgettes et Poivron Jaune Façon Muffins

Nombre de personnes: 6

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- | | |
|------------------------|---------------|
| - COURGETTE(S) | 1 |
| - POIVRON(S) JAUNE(S) | 1 |
| - PERSIL | |
| - FROMAGE(S) DE CHEVRE | 90-100g bûche |
| - CRÈME FRAICHE | 15 cl |
| - OEUF(S) | 3 |
| - HUILE D'OLIVE | |
| - SEL | |
| - POIVRE | |

Recette:

- Coupez la courgette et le poivron au coupe légume de façon à obtenir des petits dés.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Faites chauffer de l'huile dans une poêle et faites-y étuver doucement les dés de légumes 10 minutes. Salez et poivrez.
- Entre-temps, tapissez un moule à muffins de papier de cuisson en laissant dépasser de 2 à 3 cm vers le haut.
- Battez les œufs dans un plat creux avec la crème et le persil. Salez et poivrez.
- Répartissez les légumes cuits au fond du moule de chaque muffin et couvrez avec le mélange aux œufs.
- Morcelez le fromage de chèvre par-dessus et enfournez pour 20 minutes.
- Laissez tiédir hors du feu puis servez.



Remarque:

Pour 8 muffins

Accompagnez de pain.