EN-69

OEUFS FLAMENCO

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 40 minutes

Ingrédients:

- OIGNON(S)	1
- AIL EN POUDRE	2 c à soupe
- OEUF(S)	4
- POIVRON(S) ROUGE(S)	1 petit
- TOMATE(S)	2
- PERSIL	
- MAIS (GRAINS)	100g
- SEL	
- POIVRE DE CAYENNE	une pincée
- POIVRE	

Recette:

- Emincez l'oignon et le poivron finement.
- Dans une poêle, faites revenir l'oignon émincé avec l'ail dans un peu d'huile.
- Ajoutez les dés de poivrons et laissez mijotez pendant 5 bonnes minutes.
- Pelez les tomates. Coupez-les en morceaux puis ajoutez-les dans la poêle.
- Assaisonner avec le sel et le poivre de Cayenne. Saupoudrez de persil. Laissez mijotez environ 10 minutes.
- Retirez du feu et ajoutez les grains de maïs.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Repartissez la préparation dans 4 ramequins. Faites un creux au centre de chaque ramequin et cassez-y un œuf. Poivrez un peu le dessus de l'œuf.
- Enfournez pendant 10 minutes.

Remarque:

Marie n'aime pas !!...