



Frittata aux poireaux et chèvre

RECETTES - OEUFS - REPAS - VÉGÉTARIEN / VÉGANE



NOMBRE DE PORTION : 4-6

TEMPS DE PRÉPARATION :
15 MIN

TEMPS DE CUISSON :
28 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: OUI

Ingrédients

- 2 poireaux, nettoyés et coupés en petites rondelles fines
- 1 petite pomme de terre Russet ou deux petites pommes de terre jaunes, coupées en fines tranches
- 2 c. table (30 ml) d'huile d'olive
- 6 gros œufs
- ¼ tasse de parmesan, râpé
- 2 petites gousses d'ail, hachée finement
- 1 pincée de sel
- Chèvre émietté, au goût
- Poivre et flocons de piments, au goût

Préparation

1. Préchauffer le four à 375 F.
2. Dans un poêlon, faire chauffer l'huile.
3. Cuire les pommes de terre pendant quelques minutes à feu moyen (approximativement 6 minutes) jusqu'à ce qu'elles soient transparentes. On ne veut pas les griller, mais les précuire.
4. Les réserver.
5. Dans le même poêlon, cuire l'ail et les poireaux pendant 2 minutes à feu moyen. Réserver.
6. Dans un plat à tarte, disposer le 2/3 des pommes de terre.
7. Déposer le mélange ail/poireaux par-dessus et terminer avec le reste des pommes de terre.

8. Dans un bol, fouetter les œufs. Ajouter le parmesan. Saler et poivrer.
9. Couler le mélange dans le plat.
10. Cuire au four pendant 20 minutes. Parfois je termine le tout avec un petit coup à BROIL pour dorer le dessus.
11. Servir avec un peu de poivre, du chèvre et des flocons de piments au goût.