

Œufs brouillés, carottes et parmesan

Quantité

2 personnes

Ingrédients

- 1 bel oignon nouveau
- 3 carottes(250 gr environ)
- 3 œufs
- 70-80 gr de ricotta
- Parmesan râpé
- Ciboulette
- Beurre
- Sel et poivre

Préparation

1. Épluchez et lavez les carottes ;
2. Faites-les cuire à la vapeur durant 20 minutes ;
3. Laissez refroidir ;
4. Coupez ensuite les carottes en deux dans la longueur puis en petites rondelles ;
5. Battez les œufs dans un saladier ;
6. Écrasez la ricotta à la fourchette ;
7. Ajoutez la ricotta et ciselez généreusement la ciboulette. Réservez.
8. Épluchez et ciselez l'oignon ;
9. Mettez une belle noix de beurre dans une poêle, ajoutez l'oignon ciselé, laissez revenir puis ajoutez les carottes ;
10. Laissez cuire sans colorer durant quelques minutes ;
11. Ajoutez les carottes/oignons à la préparation aux œufs ;
12. Remuez bien le tout. Salez et poivrez ;
13. Ajoutez à nouveau une noix de beurre dans la poêle et ajoutez le contenu du saladier ;
14. Laissez prendre puis à l'aide d'une spatule mélangez de manière à ce que les œufs prennent comme des œufs brouillés ;
15. Quand les œufs sont presque pris, mettez cette préparation dans des ramequins allant au four. Tassez bien. Réservez ;
16. Préchauffez le four à 200° c ;
17. Enfournez les ramequins pour 10 minutes (juste avant la dégustation c'est encore mieux) ;
18. Bon appétit !

