



Estelle de Saint Germain

Omelette au cresson, asperges vertes et copeaux de parmesan

Ingrédients :

Copeaux de parmesan, 1 botte d'asperges vertes, 1 poignée cresson ou de pousses d'épinard, 4 œuf, (6cl de lait), un filet d'huile d'olive, sel et poivre.

Recette :

Blanchir le cresson 5 minutes ou faire fondre les pousses d'épinard dans un peu d'eau salée, égoutter et réserver.

Blanchir es asperges coupées en tronçon de 1 cm pendant 3 minutes dans de l'eau bouillante et salée.

Battre les œufs, saler et poivrer.

Mixer le cresson ou les épinards (avec le lait) et ajouter aux œufs battus.

Faire chauffer le filet d'huile d'olive dans une poêle et cuire l'omelette.

Rouler délicatement l'omelette et servir avec les asperges chaudes sur le dessus et copeaux de parmesan.