

Tartine à l'Avocat et son Œuf Mollet

Pour 4 personnes :

- 4 tranches de pain de campagne
- 4 œufs
- 2 avocats bien mûrs
- 2 cuillères à soupe de yaourt nature ou fromage blanc
- 2 cuillères à café de jus de citron
- 1 gousse d'ail
- 1 brin de menthe
- sel, poivre

1. Dans une casserole d'eau bouillante, faire cuire les œufs pendant 6 minutes puis les plonger immédiatement dans l'eau froide.
2. Enlever délicatement la coquille, les laver puis les réserver.
3. Faire griller les 4 tranches de pain puis y frotter la gousse d'ail sur chacune d'entre elles.
4. Couper en deux les avocats, retirer le noyer puis en extraire la chair.
5. Écraser l'avocat puis ajouter le yaourt, la menthe ciselée et le jus citron.
6. Assaisonner le tout à votre convenance puis mélanger afin d'obtenir une préparation homogène.
7. Tartiner les tranches de pain grillées généreusement.
8. Déposer l'œuf mollet sur chaque tranche puis l'ouvrir en deux : c'est prêt ! ☐

☐ Avant de servir, vous pouvez à nouveau assaisonner en poivre et en sel mais également avec quelques gouttes de tabasco ou encore un peu de piment d'Espelette ! ☐

L'œuf qui coule est un vrai plaisir pour les yeux mais également un bonheur pour les papilles ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Croustillants de Courgettes, Œuf et Chèvre

Pour 4 personnes :

- 4 feuilles de brick
- 2 belles courgettes
- 4 œufs

- **8 tranches de buche de chèvre**
- **1 petit bouquet de persil**
- **huile d'olive**
- **sel, poivre**

1. Préchauffer le four à 180° en chaleur tournante.
2. Laver les courgettes, couper les extrémités puis les trancher en fines rondelles.
3. Faire revenir les rondelles pendant une dizaine de minutes dans une poêle bien chaude et avec un filet d'huile d'olive. Réserver.
4. Dérouler une feuille de brick puis y casser un œuf au centre sans briser le jaune.
5. Ajouter ensuite deux cuillères à soupe de rondelles de courgettes puis y déposer deux tranches de buche de chèvre. Saler et poivre généreusement.
6. Ciseler un brin de persil puis fermer la feuille de brick pour former un carré.
7. Badigeonner le tout avec de l'huile d'olive puis disposer le carré sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé.
8. Renouveler les opérations pour les 3 autres feuilles de brick.
9. Enfourner le tout pour 8/10 minutes de cuisson : c'est prêt ! ☐

☐ A la sortie de four, il est important de laisser refroidir ces croustillants. Ils se dégusteront avec une bonne salade de saison ou encore trempés dans du ketchup ou de la mayonnaise ! On peut également y rajouter un filet de miel pour plus de gourmandise ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Œufs Durs Poule de Pâques

Pour 4 personnes :

- **4 œufs**
- **3 ou 4 carottes**
- **8 grains de poivre**
- **de la mayonnaise**

1. Mettre à cuire les œufs dans une casserole d'eau bouillante pendant 20 minutes pour obtenir des œufs durs.
Réserver au frais.

2. Éplucher les carottes et les laver.
3. Tailler 5 tranches fines (2 ou 3 mm d'épaisseur) dans la partie la plus large d'une carotte.
4. Avec 4 tranches former une crête en taillant tout le tour en dents de scie.
5. Avec la 5ème tranche, tailler des triangles pour former le bec.
6. Râper le reste de carottes puis disposer dans un plat pour former le nid.
7. Prendre un œuf, tailler la base pour qu'il tienne droit.
8. Entailler ensuite le dessus de l'œuf puis disposer la crête et le bec.
9. Faire un trou de chaque côté avec la pointe du couteau puis mettre dans chacun un grain de poivre.
10. Disposer une cuillère à café de mayonnaise sur les carottes râpées puis y mettre l'œuf dur poule.
11. Renouveler les étapes précédentes pour les autres œufs : c'est prêt ! ☐

☐ En voilà une recette amusante qui servira d'entrée pour le célèbre repas Pascal de Pâques en famille ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Œuf Cocotte Avocat

Pour 4 personnes :

- 2 gros avocats
- 4 œufs
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet de ciboulette
- du sel fin au piment d'Espelette ([ici un sel au piment d'Espelette d'exception de la "Maison Petricorena"](#))
- du poivre

1. Préchauffer le four à 220° en chaleur tournante.
2. Partager en deux les avocats et en retirer le noyau.
3. Peler les gousses d'ail puis les frotter à la chair des moitiés d'avocat.
4. Casser un œuf dans chaque moitié puis les disposer dans un plat.
5. Enfourner le tout pour une dizaine de minutes jusqu'à ce que l'œuf soit bien cuit.

6. A la sortie du four, assaisonner généreusement avec le sel au piment d'Espelette et avec le poivre.

7. Parsemer de ciboulette finement ciselée : c'est prêt ! ☐

☐ Cette recette pourra se déguster en entrée simple accompagnée d'une petite salade de saison : un vrai délice, rapide à réaliser ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Œufs Mimosa à la Betterave

Pour 6/8 personnes :

- **1 douzaine d'œufs durs (cuisson à l'eau : 15 min)**
- **1 grosse betterave cuite**
- **1 boîte de thon**
- **3 cuillères à soupe de mayonnaise ([recette ici !](#))**
- **1 petit bouquet de ciboulette**
- **sel, poivre**

1. Couper les œufs durs en deux puis ôter les jaunes.
2. Dans un hachoir électrique, ajouter les jaunes d'œufs durs avec le thon émietté et la betterave coupée en morceaux.
3. Mixer jusqu'à obtenir un mélange homogène, bien lisse et onctueux.
4. Verser la préparation dans un saladier, assaisonner généreusement en sel et poivre.
5. Ajouter la mayonnaise puis mélanger à nouveau à l'aide d'une spatule ou d'un fouet.
6. Dresser la préparation dans chacun des blancs à la poche à douille cannelée ou l'aide d'une cuillère à café.
7. Saupoudrer de ciboulette finement ciselée : c'est prêt ! ☐

☐ Après la réalisation de cette recette, mettre les œufs au frais 1h avant la dégustation : ça sera bien meilleur ! ☐

S'il vous reste de la préparation à base de betterave, il est possible de garnir d'autres légumes comme des tomates ou encore des avocats ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Œuf Cocotte : Fondue de Poireaux, Lardons

Pour 6 personnes ou 6 cocottes :

- Une fondue de poireaux ([recette ici !](#))
- 200 g de lardons
- 6 x 10 g de gruyère râpé
- 1 petit oignon (type Mulhouse)
- 6 œufs
- 1 bouquet de ciboulette
- sel, poivre

1. Préchauffer le four à 210° en chaleur tournante.
2. Dans une cocotte, déposer 2 grosses cuillères à soupe de fondue de poireaux sur le fond.
3. Ajouter ensuite des lardons, le gruyère, de l'oignon émincé puis assaisonner.
4. Casser et déposer un œuf sur la surface.
5. Renouveler les opérations pour les 5 autres cocottes.
6. Enfourner et lorsque l'œuf est cuit : c'est prêt ! ☐

☐ A la sortie du four, il est possible de saupoudrer de la ciboulette finement ciselée sur l'œuf. ☐
Cette cocotte se dégustera avec une bonne petite salade ou encore tartinée sur du bon pain grillé ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

