



Omelette vide-frigo

Ingrédients

- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile
- 250 ml (1 tasse) de légumes, en cubes ou râpés
- 250 ml (1 tasse) de fromage râpé (facultatif)
- 250 ml (1 tasse) de morceaux de charcuterie, de viande cuite ou de tofu cuit (facultatif)
- 6 œufs
- 15 ml (1 c. à soupe) d'herbes fraîches, ciselées
- Sel et poivre, au goût



Étapes de la préparation



Place la grille au centre du four et préchauffe-le à 180 °C (350 °F).

1

À l'aide d'un pinceau, huile des moules à muffins.



2

Dépose un peu de légumes, de fromage râpé et de morceaux de charcuterie, de viande cuite ou de tofu cuit dans le fond des moules à muffins.



3

Dans un bol, mélange bien les œufs et assaisonne-les de sel et de poivre, au goût.



4

Verse les œufs battus dans les moules à muffins et garnis avec un peu d'herbes fraîches.



5

Cuis les omelettes 15 minutes. Attends au moins 5 à 10 minutes avant de les démouler et de les servir.



Ces petites omelettes font de délicieux lunches. Tu peux les manger chaudes ou froides.

