

Frittata de poulet aux cèpes



Les ingrédients pour 4 personnes :

La moitié d'un petit poulet rôti
3 oignons frais
200 g de petits cèpes
2 petites tomates style olivettes
2 c à s de persil plat
6 oeufs
75 g de parmesan fraîchement râpé
1 c à s d'huile d'olive
Sel et poivre du moulin

Retirer la peau du poulet rôti et le couper en gros dés. Laver le persil et le ciseler.

Nettoyer les cèpes et les couper en tranches. Épépiner les tomates et les couper en morceaux moyens. Nettoyer les oignons frais et les hacher grossièrement.

Dans une poêle faire chauffer l'huile d'olive et y faire revenir les oignons hachés et les cèpes en mélangeant. Ajouter les dés de tomates et cuire jusqu'à ce que toute l'eau soit évaporée. Ajouter les morceaux de poulet et le persil. Battre les oeufs à la fourchette, ajouter le parmesan, mélanger et assaisonner.

Cuire à feu doux jusqu'à ce que la frittata soit prise en la retournant à mi-cuisson(pour la retourner la renverser sur une assiette et la glisser dans la poêle) ou terminer la cuisson au four préchauffé à 180° en mettant la poêle dans le haut du four (dans ce cas prévoir une poêle qui passe au four).

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>