



La Ferme du Mandré
Producteur d'Ariège

Agneaux Tarasconnais, Poulets et Oeufs « plein air »

Marie-Christine FONNÉ
Lieu-dit Le Mandré, 09120 VENTENAC
Tél. : 05 61 60 22 65 - 06 19 03 43 80

contact@fermedumandre.fr
www.fermedumandre.fr

Omelette aux cèpes

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 20 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 4 gros cèpes
- 9 œufs
- 2 gousses d'ail
- 1/2 botte de persil
- 5 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 noix de beurre
- sel, poivre

Préparation

1. Brosser, essuyer et couper les cèpes en dés.
2. Eplucher l'ail et le hacher, ainsi que le persil.
3. Faire chauffer à feu vif 3 cuillères à soupe d'huile d'olive dans une poêle à fond épais, puis verser les cèpes.
4. Remuer régulièrement la poêle pour que les cèpes n'accrochent pas.
5. Lorsqu'ils commencent à dorer, ajouter l'ail et la moitié du persil.
6. Saler, poivrer et laisser cuire 10 minutes tout en remuant.

ATTENTION : Ne jamais saler les oeufs avant de les mettre dans la poêle.

7. Casser les œufs dans un saladier, ajouter le persil et battre l'omelette.
8. Verser un peu d'huile d'olive dans une poêle, ajouter le beurre et faire fondre à feu moyen.
9. Verser les cèpes et recouvrir avec les oeufs battus.
10. Couvrir et laisser cuire 5 à 10 minutes selon la consistance souhaitée (baveuse ou bien cuite).
11. Faire glisser sur un plat assez large et servir avec une bonne salade.

Alliances mets et vins

L'alliance sera d'autant plus excitante avec un vin rouge ample où fruité, acidité et tanins s'équilibrent. Le vin fait une belle entrée : il emplit le palais, le nourrit, le parfume. Le fruité du vin se réveille au contact du champignon qui lui renvoie des effluves de sous-bois. Arômes de sous-bois et de baies mûres se font la révérence et tendent vers une troisième dimension. L'acidité et les tanins ronronnent au contact de l'œuf. Le vin se détend.