Plats végétariens

Omelette à l’huile de courge styrienne

Plat principal
Type de recette

10 minutes
Préparation

Facile
Difficulté

Ingrédients pour 1 personnes

2 œufs
Huile de pépins de courge styrienne igp
Sel, poivre
Garniture : tomates cerises, persil ou ciboulette

Préparation

Battre les œufs en omelette avec l’huile de pépins de courge styrienne igp, le sel et le poivre. Faire cuire l’omelette dans une poêle antiadhésive sans cesser de remuer jusqu’à ce que la préparation soit entièrement cuite. Dresser l’omelette sur une assiette et la garnir de tomates cerises coupées en deux et de fines herbes. Délicieux avec du pain noir ou complet.

Astuce : une salade fraîche se marie parfaitement à ce plat. L’omelette à l’huile de courge est également très appétissante servie sur une tranche de pain de seigle noir.

Recette de Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. / Foto: Stefan Kristoferitsch