

LES RECETTES DES HERBETTES

Octobre 2024

L'OMELETTE DU BORD DU CHEMIN (SIMPLE, RAPIDE ET SI BON AU RETOUR DE BALADE)



1 oignon
Huile d'olive
Un petit bouquet de feuilles d'égoïpode (plutôt jeunes, avec le pétiole)
1-2 pétioles de berce (les plus jeunes possibles, avec les feuilles)
quelques têtes d'ortie
2 œufs
sel, poivre
2 tranches de gruyère

1. Faites revenir l'oignon émincé dans un peu d'huile.
2. Ajoutez les plantes, lavées et émincées, salez et faites revenir pendant 5-8 minutes.
3. Dans un bol, cassez les œufs et fouettez-les à la fourchette avec sel et poivre.
4. Ajoutez les plantes cuites, remuez rapidement et remettez le tout dans la poêle sur un filet d'huile.
5. Quand l'omelette est bien « baveuse », disposez les deux tranches de gruyère sur une moitié, pliez l'omelette en deux et laissez cuire encore quelques instants.
6. Servir immédiatement, avec une jolie fleur en déco, c'est encore meilleur !

On peut faire cette omelette avec absolument n'importe quelle plante, toute l'année !