



MES PETITES RECETTES EN SOLO

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

MES PETITES RECETTES EN SOLO

MAYA BARAKAT-NUQ

MES PETITES RECETTES EN SOLO MAYA BARAKAT-NUQ

 [Télécharger MES PETITES RECETTES EN SOLO ...pdf](#)

 [Lire en ligne MES PETITES RECETTES EN SOLO ...pdf](#)

123 pages

Extrait

Cocotte d'oeuf aux pleurotes et mouillettes aux herbes

Matériel de dressage

- ° 1 petite cocotte

Matériel de cuisine

- ° 2 poêles
- ° 1 plat creux

Ingrédients

- ° 25 g de beurre + 10 g pour la cocotte
- ° 60 g de pleurotes
- ° Vu d'échalote rose
- ° 5 cl de crème fraîche
- ° muscade
- ° 1 gros oeuf extra-frais
- ° ½ c. à s. de ciboulette ciselée
- ° 2 tranches de pain de campagne rassis
- ° 1 c. à s. d'herbes ciselées mélangées (persil, ciboulette, cerfeuil, estragon)
- ° sel, poivre blanc moulu

Beurrez la cocotte. Entreposez-la au frais pour raffermir le beurre. Allumez le four à 210 °C (th. 7). Coupez la base des pleurotes. Essayez-les avec un linge humide et émincez-les.

Faites sauter les pleurotes dans 10 g de beurre chaud avec l'échalote ciselée, jusqu'à évaporation de l'eau rendue. Ajoutez, la crème, du sel et du poivre et une pincée de muscade. Laissez réduire et épaissir quelques instants.

Répartissez la moitié de la préparation dans la cocotte. Gardez le reste au chaud. Cassez l'oeuf au centre. Parsemez de ciboulette. Salez, poivrez. Tapissez un plat creux supportant le feu d'une feuille de papier sulfurisé pliée. Déposez la cocotte dans ce plat. Coulez de l'eau chaude jusqu'à 1 cm du bord supérieur. Portez à frémissements sur le feu puis enfournez, 8 à 10 minutes.

Coupez les tranches de pain en lamelles. Dans une poêle, faites-les légèrement dorer sur les deux faces dans 15 g de beurre. Passez-les aussitôt dans les herbes fraîches étalées sur une assiette pour les enrober. Entourez le jaune d'oeuf cuit du reste de pleurotes et de crème.

Servez avec les mouillettes. Présentation de l'éditeur

Avec ces recettes express et délicieuses, dîner en solo pourrait bien devenir un moment privilégié au quotidien ! Des petits veloutés aux tartares de saumon en passant par les mini-gratins, près de 60 recettes équilibrées et appétissantes qui se prêtent parfaitement à la formule solo.

Avec des variantes pour chaque recette qui déclinent à l'infini vos plats préférés !

DANS LA MÊME COLLECTION

- ° La cuisine de ma grossesse
- ° Plat unique entre copains
- ° La cuisine des étudiants
- ° Recettes petit budget pour ma famille

Download and Read Online MES PETITES RECETTES EN SOLO MAYA BARAKAT-NUQ
#BX6POQVHD3G

Lire MES PETITES RECETTES EN SOLO par MAYA BARAKAT-NUQ pour ebook en ligne MES
PETITES RECETTES EN SOLO par MAYA BARAKAT-NUQ Téléchargement gratuit de PDF, livres
audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de
livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les
meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres MES PETITES RECETTES EN SOLO par
MAYA BARAKAT-NUQ à lire en ligne. Online MES PETITES RECETTES EN SOLO par MAYA
BARAKAT-NUQ ebook Téléchargement PDF MES PETITES RECETTES EN SOLO par MAYA
BARAKAT-NUQ Doc MES PETITES RECETTES EN SOLO par MAYA BARAKAT-NUQ
Mobipocket MES PETITES RECETTES EN SOLO par MAYA BARAKAT-NUQ EPub
BX6POQVHD3GBX6POQVHD3GBX6POQVHD3G