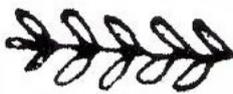




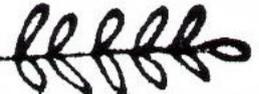
Roulé de Tortilla omelette au chèvre frais

Ingredients

- 6 œufs
- 1 cs de persil
- 1 cc d'ail en poudre
- sel et poivre
- 3 cc d'huile
- 3 tortilla wraps
- 1 poivron coupé en petit dés
- 100g d'olives vertes coupées en rondelles
- 3 cs de tapenade de tomates
- fromage frais de chèvre



Instructions



Cassez deux œufs dans un bol, puis ajoutez un peu de persil, l'ail, le sel et le poivre, et mélanger. Dans une petite poêle de la taille de la tortilla environ mettre 1 cuillère à café d'huile. Versez le mélange d'œufs dans la poêle, répartir quelques tranches d'olive et de dés de poivron sur le mélange d'œufs humides. Prenez une tortilla et étalez-la avec une cuillère à café de tapenade de tomate. Mettez rapidement la tortilla sur l'œuf, côté tomate vers les œufs.

À l'aide du dos d'une spatule, appuyez sur le dessus de la tortilla pour aider à coller l'œuf avec le wrap. Cuire pendant 30 secondes, puis, dès que l'œuf s'est collé à la tortilla, retournez-le et faites cuire de l'autre côté juste pour le réchauffer.

Retirez la poêle du feu et mettre la tortilla omelette sur une assiette. Tartinez de fromage frais de chèvre et roulez le tout. Enveloppez bien serré dans du film étirable.

Faites les mêmes opérations pour les 2 autres Tortilla omelette.

Vous pouvez aussi bien les manger chaudes ou froides à vous de voir !!