

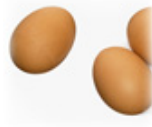
Oeufs brouillés aux sardines et à la salade

Ingrédients



Sardines

+



Oeufs

+



Salade

Recette

Lavez votre salade puis séchez-la.

Ouvrez la boîte de sardines, conservez l'huile puis écrasez les sardines à l'aide d'une fourchette.

Préparez une vinaigrette à base de l'huile des sardines, de vinaigre, de sel et de poivre du moulin.

Cassez les oeufs dans un bol, salez puis battez-les à l'aide d'une fourchette.

Faites fondre du beurre dans une sauteuse, sur feu doux. Ajoutez les oeufs puis faites-les cuire en remuant constamment, tout en grattant bien le fond de la casserole.

Lorsqu'ils sont cuits, retirez la casserole du feu.

Poivrez puis mélangez à nouveau.

Versez les oeufs brouillés dans les assiettes puis ajoutez les sardines. Versez la salade dans un saladier, ajoutez la vinaigrette, mélangez bien et servez avec les oeufs.

Info 1

Vous pouvez ajouter un peu de crème fraîche aux œufs brouillés, hors du feu, afin de les rendre encore plus moelleux.