



CUISINE

Vent des îles, par l'intermédiaire de Kévin, Responsable du Pôle Adultes Seniors Développement Solidaire et Citoyen, vous propose une nouvelle recette de cuisine !

Oeufs cocotte au jambon

Ingédients (pour 1 personne)

- 2 œufs
- 2 tranches de jambon ou de blanc de poulet
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- Gruyère râpé
- Sel, Poivre



- 1 Dans un ramequin adapté au micro-onde étalez la crème fraîche.**
- 2 Emiettez le jambon en plus ou moins gros morceaux en fonction de vos goûts**
- 3 Cassez les œufs que vous versez sur la préparation jambon crème fraîche et pensez à percer le jaune avec un cure-dent ou la pointe d'un couteau.**
- 4 Salez, Poivrez**
- 5 Parsemez de gruyère**
- 6 Faites cuire au micro-onde 1 à 2 minutes en fonction de la puissance de votre appareil**

Bon Appétit !