








Les œufs pochés

Pour 4 personnes • Préparation : 25 minutes • Cuisson : 16 minutes

Ingrédients

-  4 gros œufs frais
-  4 tranches de pain de mie
-  1 cuillerée à soupe de vinaigre blanc
-  1,5 litre d'eau
-  du beurre
-  4 poignées de salade frisée
-  2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
-  1 cuillerée à soupe de vinaigre balsamique
-  du paprika

C'EST DANS LA POCHE!



1 Fais bouillir l'eau et le vinaigre blanc dans une casserole. Pose deux feuilles de papier essuie-tout dans une assiette. Casse le premier œuf dans une tasse.



2 Fais un tourbillon dans l'eau à l'aide d'un fouet. Mets l'œuf dans le tourbillon. Laisse cuire quatre minutes, puis dépose l'œuf sur l'essuie-tout avec une écumoire.



3 Répète l'opération pour chaque œuf, un à la fois. Grille les tranches de pain et beurre-les. Dans un bol, mélange la salade, le vinaigre balsamique et l'huile.



4 Dans chaque assiette, pose un peu de salade, un œuf et une tranche de pain coupée en deux. Tu peux décorer l'œuf avec une pincée de paprika.