

Recette de l'omelette aux fèves

Ingrédients (pour 6 personnes)

- 2 kg de fèves fraîches (avec les cosses)
- 2 gros oignons
- 8 à 10 œufs
- lait ou crème liquide
- facultatif : 1 ou 2 boîtes de lardons fumés (ou dés de volaille)
- huile d'olive
- sel et poivre



Préparation

Écosser les fèves, retirer la peau.

Peler et ciseler les oignons.

Faire chauffer doucement un peu d'huile d'olive dans une poêle, ajouter le mélange fèves-oignons, couvrir. Après quelques minutes, ajouter les lardons ou dés de volaille (facultatif). Ce mélange doit cuire doucement à l'étouffée, attention à ne pas faire dorer les fèves. Bien surveiller et remuer régulièrement. Quand les fèves sont tendres et fondantes, couper le feu.

Battre les œufs avec un peu de lait ou de crème (au choix), du sel et du poivre. Ajouter le mélange fèves-oignons-lardons dans les œufs battus en omelette, remuer vivement.

Remettre la poêle à chauffer à feu doux, et verser le mélange. Laisser prendre doucement en faisant pénétrer les œufs en « piquant » de temps en temps avec une spatule ou cuillère en bois. Quand le dessus commence à prendre, renverser sur un couvercle ou un grand plat et remettre sur le feu quelques instants. L'omelette ne doit pas trop cuire pour rester onctueuse.

Servir aussitôt.