

Comment faire des omelettes à la sauce tomate ?



TOUTES NOS ASTUCES POUR CUISINER SAINEMENT AVEC LES ÉPICES REEN !



Temps Total : 35 min	
Préparation : 5 min	Cuisson : 30 min

[Voir le site](#)

Ingrédients

Pour 3 personnes

- 4 merguez
- 1 pâte feuilletée
- 1 jaune d'œuf
- 1 cs du mélange [Fumé](#) ou [Piquante](#)

La Petite Histoire

Les omelettes à la sauce tomate est un plat que ma grand-mère avait l'habitude de nous préparer pendant la saison des tomates. Elle aimait le faire bien relevé. C'est une recette économique, simple à réaliser qui se déguste avec du pain. Ça change des omelettes classiques et en plus c'est très bon.

Dans cette recette, j'utilise le mélange Piquante car, comme ma grand-mère, j'aime qu'elle soit bien relevée. J'ai créé ce mélange pour celles et ceux qui aiment manger bien relevé.

Laissez libre cours à vos envies : à tester sur tous les plats.

... Épicément Jeanne

Préparation

- Eplucher et hacher les oignons et l'ail
- Découper les courgettes en petits dés
- Malaxer les tomates fraîches

Cuisson

- Chauffer l'huile dans une casserole. Ajouter les oignons, la courgette et l'ail. Faire revenir jusqu'à ce que les aliments soient translucides.
- Ajouter la tomate concentrée, faire revenir 2 min Ajouter la tomate fraîche, le persil et le mélange Fumé ou Piquante. Faire revenir 5 min tout en remuant. Ajouter 700 ml d'eau et laisser mijoter 15 min. Ajuster l'assaisonnement
- Casser délicatement les œufs sur la sauce et laisser cuire. C'est prêt quand le blanc et le jaune d'œuf sont bien formés
- A déguster avec du pain