

LES HALLES EN CUISINE

RENDEZ-VOUS **SAMEDI 12 OCTOBRE**
DE 10H À 12H

avec le chef **Olivier Burban**, animateur culinaire
en direct de votre marché.

EN PRÉSENCE DES JEUNES DU CMJ



bulthaup

lrsy.fr



ON NE FAIT PAS D'OMELETTE SANS CASSER DES OEUFS. LES ÉTAPES DE LA VÉRITABLE OMELETTE ROULÉE.

INGRÉDIENTS

- 3 oeufs
- 20 gr de beurre
- Sel et poivre
- Casser les oeufs dans un saladier.
- Les battre rapidement avec une fourchette, si vous les mélangez trop longtemps, ils vont être trop liquides et n'auront plus de corps (de texture), les assaisonner en sel et poivre.
- Verser les oeufs dans la poêle, dès que les oeufs commencent très légèrement à cuire, il faut « poêler », c'est-à-dire faire un mouvement vers l'avant pour pousser les oeufs, ensuite incliner le poignet vers le haut et revenir vers l'arrière au fur et à mesure. L'objectif est de faire rouler l'omelette (la partie qui se trouve en dessous passe au-dessus et ainsi de suite).
- Ensuite hors du feu, pencher la poêle un peu vers le bas et taper le bas du manche avec la main, cela permet à l'omelette de finir de prendre sa forme ovale.
- Pour démouler : Placer une assiette perpendiculairement à la poêle, basculer l'ensemble de façon à faire glisser l'omelette dans l'assiette.
- Pour savoir si votre omelette est réussie, coupez-la : vous devez avoir des strates : alternance d'oeuf cuit et d'oeuf mi-cuit, en bref : une omelette baveuse.

MOUSSE AU CHOCOLAT RAPIDE ET FACILE

- 50 cl de crème liquide 30% MG
- 2 tablettes de chocolat pâtissier 50 %
- Casser le chocolat à l'intérieur de la tablette. Faire fondre au bain-marie.
- Monter la crème liquide au fouet sans oublier de préalablement l'avoir mise au réfrigérateur.
- Mélanger avec le fouet en versant le chocolat dans la crème et le tour est joué !!!

