

LA RECETTE *du* LUNDI



œufs cocotte cajun aux épinards

plat



INGRÉDIENTS

- 4 œufs fermiers
- 100 g de feuilles d'épinard
- 40 cl de crème épaisse
- 40 g de parmesan râpé
- 1 noix de beurre demi-sel
- 1 c. à café de mélange Cajun États-Unis (Comptoir des Arômes)
- Fleur de sel nature
- Poivre de Sarawak
- (Optionnel) 1 c. à soupe de salsa tartufata (sauce à la truffe)



Pour 4 personnes / 2 plats à partager



PRÉPARATION :



- Préparer le bain-marie
- Préchauffez le four à 180°C.
- Placez un grand plat rempli à moitié d'eau dans le four afin qu'il chauffe pendant que vous préparez la recette.

- Faire revenir les épinards
- Lavez, essorez puis faites revenir les feuilles d'épinard dans une poêle avec un peu de beurre.
- Laissez cuire environ 3 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient fondantes.

- Préparer la crème épicée
- Dans un bol, mélangez la crème épaisse avec le parmesan.
- Ajoutez la fleur de sel nature, un tour de poivre de Sarawak, et une bonne pincée de mélange Cajun.

- Dresser dans les plats
- Dans deux plats individuels allant au four, déposez les épinards au fond.
- Versez la crème au parmesan par-dessus, puis cassez deux œufs dans chaque plat.

- Cuisson au four
- Placez les plats dans le bain-marie et enfournez pendant 15 minutes.
- Le blanc doit être pris, le jaune encore coulant.

- Finition et service
- Avant de servir, saupoudrez à nouveau d'un peu de mélange Cajun.
- Et pour une touche festive, ajoutez une cuillère de salsa à la truffe sur le dessus.

- 💡 Astuce gourmande
- Ajoutez quelques champignons poêlés au fond des plats pour une version encore plus généreuse.
- Servez avec du pain grillé ou une belle tranche de focaccia maison !

