



Omelette roulée aux betteraves

Préparation 15 mn – cuisson 5 mn

Pour 4 personnes, il vous faut : 2 betteraves rouges cuites – 6 œufs – 1 petit suisse ou 1 yaourt nature – ciboulette – beurre – 1 cc de vinaigre balsamique – 2 CS crème fraîche – feuilles de salade (laitue, batavia...) – sel et poivre.

1 – Peler les betteraves et les couper en petits dés. Battre les œufs en omelette avec le petit suisse (ou yaourt nature) et ciboulette, saler et poivrer.

2 – Faire chauffer le beurre dans une poêle, y faire cuire l'omelette pendant 5 mn, garder le dessus un peu baveux.

3 – Glisser une spatule sous l'omelette et faire glisser sur un plat de service. Disposer les dés de betterave au centre, parsemer de ciboulette et asperger avec le vinaigre balsamique et la crème. Saler et poivrer.

4 – Rouler et servir sur un lit de salade.

(Laisser les betteraves à température ambiante afin qu'elles ne soient pas froides au moment de les incorporer à l'omelette).

Un plat original pour un soir, à servir avec une salade verte.

Bon appétit