



Omelette au chèvre et quinoa

Ingrédients pour 4 personnes

crèmerie

oeufs 6

crottins de chèvre 2 **Pauline n'aime pas j'ai donc mis du chèvre crémeux**

primeurs

oignons rouges 2

ciboulette 1 bouquet

tomates cerises 300 gr

épicerie

quinoa gourmand cuit 160 gr *Petite astuce du livre on obtient 160 gr de quinoa cuit avec 80 gr de graines*

huile d'olive

sel et poivre **aux baies**

Préparation

Eplucher les oignons et les hacher

Ciseler la ciboulette

~~Couper en rondelles les crottins de chèvre~~

On passe à la cuisson

Mélanger les oeufs, le quinoa, les oignons et les 3/4 de la ciboulette

Saler et poivrer

Dans une poêle allant au four faire chauffer un peu d'huile et y verser la préparation

Cuire sur feu moyen tout en mélangeant doucement

Quand la consistance commence à devenir un peu ferme mais encore humide déposer le fromage de chèvre puis arrêter le feu **j'ai ajouté quelques tomates cerises en les enfonçant un peu dans la préparation**

Mettre dans le four chaud position grill à 180° environ 5 mn (vérifier que l'omelette soit cuite)

A table !

Décorer avec le rester de ciboulette et servir accompagnée d'une salade de tomates cerises