

Tortilla roulée aux légumes et jambon sec

Flexipan® Origine
Flexipan plat

Ingrédients:

Pour la tortilla roulée

- 75 g d'oignon(s)
- 225 g de carotte(s)
- 225 g de pommes de terre
- 6 gros œufs
- du sel fin de Guérande
- du poivre 5 baies (moulin)

Pour la garniture

- 70 g de fromage râpé
- 180 g de tranches fines de jambon sec (9 tr)
- du persil ciselé




Préparation

POUR LA TORTILLA ROULÉE

Préchauffer le four à 200°C. Placer le Flexipan plat sur la plaque alu perforée.

Dans le bol, mixer l'oignon **5 secondes - vitesse 6**. Ajouter les carottes coupées en tronçons de 2 cm. Mixer **5 secondes - vitesse 6**. Ajouter les pommes de terre coupées en 8. Mixer **5 secondes - vitesse 6**. Répartir les légumes sur le Flexipan plat. Dans le bol (bien raclé non lavé) casser les œufs, ajouter le sel et le poivre. Mixer **20 secondes - vitesse 6**. Verser l'omelette sur les légumes et enfourner 30 minutes à 200°C.

Au bout de 15 minutes de cuisson, placer la toile de cuisson pour terminer la cuisson.

Accessoire(s)	Ingrédient(s)				TURBO/PETRIN
	Oignon	5 sec		6	
	Carottes	5 sec		6	
	Pommes de terre	5sec		6	
	Œufs sel poivre	20 sec		6	

POUR LE GARNITURE

Dès la sortie du four, parsemer de fromage râpé et placer les tranches fines de jambon sec. A l'aide du Flexipan plat, rouler la tortilla. Saupoudrer de persil ciselé. A manger chaud en accompagnement ou froid en entrée. (Nous l'avons préféré froid, plus de saveur). Bon appétit.

Pour info : 173 kcal/100g

Autour de ma table© by Cachou66

<http://www.autourdematable.com/>

Recette Salée