

Tortilla roulée aux légumes et jambon sec

0

Par Cathy B.

Gourmet expert

Conseillère Guy Demarle

Préparation :		15 min
Cuisson :		30 min
Coût :		1
Difficulté :		1
Nombre de personnes :	8	

[signaler un problème](#)

INGRÉDIENTS

Pour la tortilla roulée

75 g d'oignon(s) 225 g de carotte(s) 225 g de pommes de terre 6 gros oeufs 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

Accessoires	Durées	°C	Vitesse	Turbo ou pétrissage
-------------	--------	----	---------	---------------------

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.

5 sec

6

Ajouter les carottes coupées en tronçons de 2 cm. Mixer 5 secondes - vitesse 6.

5 sec

6

Ajouter les pommes de terre coupées en 8. Mixer 5 secondes - vitesse 6.

0

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.

20 sec

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

0

cuisson.

POUR LA 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.

0

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/100 g

0