

FRITTATA AUX POIVRONS ET CHAMPIGNONS



Pour 4 personnes :

- 1 beau poivron rouge (ou deux petits) épépiné et émincé
- 1 petite boîte de champignons de Paris égouttée (115 g)
- 6 oeufs
- 20 cl de lait d'amande
- 70 g d'amandes en poudre
- un peu de beurre de coco
- Sel, poivre, muscade en poudre

Préchauffez votre four pendant 10 min à 200°C (th.6-7).

Dans un saladier, fouettez à la fourchette les oeufs, ajoutez le lait, la poudre d'amande, les champignons et le poivron coupés en dés. Assaisonnez de sel et poivre avec une pincée de muscade en poudre. Mélangez bien.

Beurrez un moule à cake avec le beurre de coco, versez la préparation et faites cuire pendant 35 min.

Servez tiède ou froid.