



## Recette Poireau oeuf mollet

Par **Laurent MARIOTTE** | Écrit pour TF1 |

Le 02/02/20 à 19:40, mis à jour le 29 Janvier 2020 à 15:47 | [Voir le site de Petits Plats en Equilibre](#)



**Pour changer des poireaux vinaigrette opter pour cette recette simple et délicieuse. Des poireaux cuits en papillote et une pointe de curry pour voyager.**

**Liste des ingrédients pour 4 personnes**

*Cuisson : 45 minutes à 1 heure en fonction de la grosseur des poireaux*

- 4 gros poireaux
- 4 gros oeufs bio
- 1 cuillère à café de curry
- 3 cuillères à soupe de mayonnaise maison
- Huile d'olive
- Quelques brins de ciboulette
- Sel gris moulu, poivre du moulin

## Étapes de préparation

1. Préchauffez le four à 170°C. Otez les deux premières feuilles des poireaux, fendez à mi-hauteur. Lavez-les et égouttez-les. Découpez une longue bande de papier aluminium puis recouvrez d'autant de papier cuisson huilé. Disposez les poireaux, salez, poivrez et saupoudrez d'un peu de curry. Repliez d'abord le papier cuisson sur les poireaux puis le papier aluminium en papillote.

Enfournez pour 45 min à 1 heure selon la grosseur des poireaux.

2. Faites cuire les oeufs dans une eau bouillante salée pendant 6 minutes. Refroidissez-les immédiatement, égalez-les et réservez.

3. Sortez les poireaux de leur papillote et égouttez-les sur une grille.

4. Dans un bol, mélangez la mayonnaise avec le restant du curry et le jus des poireaux. Salez, poivrez.

[Petits Plats en Equ...](#)[Vidéos](#)[News](#)

*ASTUCE : vous pouvez également frire les racines des poireaux et les ajouter à votre plat.*

## News associées



**NEWS** - Dimanche 02/02/20 - 20:25

**Wrap au magret**



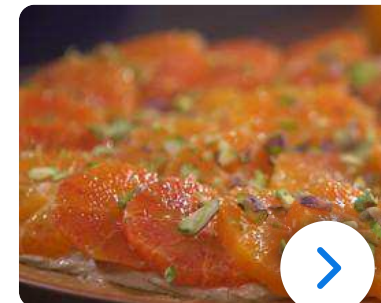
**NEWS** - Vendredi 31/01/20 - 12:22

**Gâteau de crêpes**



**NEWS** - Jeudi 30/01/20 - 12:25

**Riz perse**



**NEWS** - Mercredi 29/01/20 - 12:15

**Tarte à l'orange sanguine**

[Accueil](#) > [TF1](#) > [Petits Plats en Equilibre](#) > [News](#) > [Poireau oeuf mollet](#)

MYTF1 

**Programmes**


**News**

**Replay**

**Petits Plats en Equ...**

Vidéos

News

TF1 

**Programmes TF1**

**News TF1**

**Replay TF1**

**Vidéos TF1**

**Mask Singer**

**Danse avec les stars**

**La bazar de la charité**

**Good Doctor**

**Demain nous appartient**

**Téléfoot**

TMC 

**Programmes TMC**

**News TMC**

**Replay TMC**

**Vidéos TMC**

**Quotidien**

**Palmashow**

**Les Mystères de l'Amour**

**Petits Plats en Equ...**

Vidéos

News

**Programmes TFX**

**News TFX**

**Replay TFX**

**Vidéos TFX**

**La villa des cœurs brisés**

**La batailles des couples**

**Les Frères Scott**

**TF1 Séries Films** ▼

**Programmes TF1 Séries Films**

**News TF1 Séries Films**

**Replay TF1 Séries Films**

**Vidéos TF1 Séries Films**

**S.W.A.T**

**Grey's Anatomy**

**La vengeance de Veronica**

**Paw Patrol : La Pat' Patrouille**

**Miraculous**

**Retrouvez-nous en téléchargeant l'application MYTF1**

[Petits Plats en Equ...](#)

[Vidéos](#)

[News](#)



**TF1 Copyright © 2019 e-TF1**

[Accessibilité](#) | [Mentions légales](#) | [Espace de confiance](#) | [Conditions Générales d'Utilisation](#) | [Politique de protection des données](#) | [Politique cookies](#) | [Paramétrez vos choix](#) |

[Gagnants / Règlements / Remboursement des jeux TV](#) | [Groupe TF1](#) | [Copyrights](#) | [Annonceurs](#) | [Nous contacter](#) | [MYTF1VOD](#) | [TFOUMAX](#) | [TF1 & Vous](#) | [Respect Zone](#)