



## Omelettes au brocoli et au jambon

**LA CUISINE DE BOOMY**



### *Pour 4 omelettes individuelles*

- 1 petit brocoli
- 150 gr de râpé de jambon
- 6 gros œufs
- 1 cs de crème épaisse à 15 % de mg
- 70 gr de gruyère râpé
- sel, poivre

Détailler le brocoli en petits bouquets et le faire cuire à la vapeur (au Cookeo pour moi, 4 minutes en cuisson sous pression).

Préchauffer le four à 190°.

Répartir le brocoli cuit ainsi que le jambon dans 4 des empreintes du moule.

Mélanger les œufs avec la crème, saler, poivrer et verser cette préparation dans vos empreintes, remplir au 3/4.

Parsemer de gruyère râpé et enfourner pour 20 min.

Démouler délicatement à la sortie du four (les omelettes sont assez fragiles) et servir de suite.