

Œufs

Oeuf mollet en chapelure et purée de petits pois



50 min 25 min 25 min 0 184

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Cuisson de l'oeuf

- 1 Porter une casserole d'eau à ébullition. Y plonger ensuite l'œuf à l'aide d'une écumoire et laisser cuire 5 minutes 30.
- 2 Sortir l'œuf à l'aide d'une écumoire puis l'écaler c'est-à-dire ôter la coquille.
- 3 Verser la farine, la chapelure et le jaune d'œuf dans des bols distincts.
- 4 Plonger successivement l'œuf mollet dans le jaune d'œuf, la farine puis la chapelure. Répéter l'opération une deuxième fois.
- 5 faire chauffer une friteuse à 170°C puis y faire frire l'oeuf pendant 30 secondes.
- 6 Réserver sur une assiette tapissée de papier absorbant.

Étape 2

Réalisation de la purée de petits pois

- 1 Porter une casserole d'eau salée à ébullition puis plonger les petits pois et les laisser cuire pendant 15

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour l'oeuf mollet

4 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
1 **Chapelure**
1 **Farine**
1 **Jaune(s) d'oeuf**

Ingrédients pour la purée de petits pois

150 g **Petits pois**
25 g **Crème liquide (fleurette)**
25 g **Beurre**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour la garniture

40 g **Girolle(s)**
40 g **Fèves**
1 **Huile de tournesol**

minutes.

- 2** Egoutter les petits pois à l'aide d'une passoire et les placer dans une casserole.
- 3** Verser la crème liquide, le beurre puis mixer à l'aide d'un mixeur plongeant jusqu'à obtention d'une purée homogène.
- 4** Passer la purée dans un chinois pour un rendu plus lisse et homogène.
- 5** Assaisonner de sel et de poivre puis réserver.

1 Beurre

1 Echalote(s)

Ingrédients pour le dressage

1 Céleri-Branche

1 Feuille(s) de petits pois

Étape 3

Cuisson de la garniture

- 1** Porter une casserole d'eau à ébullition puis y plonger les fèves pendant 30 secondes pour les blanchir.
- 2** Retirer les fèves à l'aide d'une écumoire puis les déposer sur du papier absorbant pour les sécher. Les équeuter puis les réserver dans un bol.
- 3** Brosser les girolles à l'aide d'une brosse puis les tremper dans un bol d'eau pour enlever les impuretés.
- 4** Ne pas les laisser tremper trop longtemps pour éviter qu'elles ne se gorgent d'eau.
- 5** Eplucher l'échalote à l'aide d'un couteau d'office puis l'émincer à l'aide d'un couteau éminceur.
- 6** Faire chauffer une poêle avec un peu d'huile et du beurre puis y faire revenir l'échalote émincée, les fèves et les girolles pendant quelques minutes.
- 7** Remuer à l'aide d'une spatule puis réserver dans un bol.

Étape 4

Dressage

- 1** Déposer délicatement l'œuf sur une assiette et former une virgule de purée de petits pois à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 2** Mettre une pointe de purée sous l'œuf pour le maintenir.
- 3** Disposer les fèves et les girolles sur la purée puis décorer de feuilles de céleri et de pousses de petits pois. Déguster aussitôt.