

Oeufs mollets sauce curry (2 personnes)

Découverte de la cuisine

Ingrédients :

- ✚ 2 œufs
- ✚ une tasse de riz
- ✚ Fond de volaille ou cube
- ✚ 2 oignons, une demi-pomme, une demi-banane, 2 cuillères à soupe de tomates pelées,
- ✚ un demi-verre de vin blanc,
- ✚ un fond de volaille ou cube,
- ✚ une tasse de crème fraîche.

Ingrédients aromatiques :

- curry
- sel/poivre

Photo

Éléments composants le plat.

Riz

Sauce

Oeufs

Opération (s) de préparation

- ✚ Couper l'oignon en petits morceaux

- ✚ Couper l'oignon, la pomme, la banane et la tomate en petits morceaux

- ✚ Faire bouillir de l'eau vinaigrée
- ✚

Opération (s) de cuisson.

- ✚ Faire suer l'oignon et couvrir
- ✚ Ajouter une tasse de riz jusqu'à ce qu'il devienne transparent
- ✚ Ajouter 1x et demi son volume d'eau, du fond de volaille ou cube
- ✚ Amener à ébullition, couvrir
- ✚ Mettre au four 17 min à 180°

- ✚ Faire suer l'oignon, la pomme et la banane avec couvercle
- ✚ Ajouter les tomates pelées, et saupoudrer) généreusement de curry.
- ✚ Ajouter le vin blanc, le fond de volaille ou cube et compoter
- ✚ Ajouter la crème fraîche et réduire de moitié
- ✚ S/P
- ✚ Passer au chinois en écrasant le tout avec une cuillère
- ✚ Passer une seconde fois et réduire la sauce

- ✚ Cuire les œufs 5 à 6 min.
- ✚ Les plonger dans l'eau froide pour stopper la cuisson

Opération (s) de finition.



- ✚ Ecaler délicatement les oeufs

Dressage.

- ✚ Sur une assiette, déposer le riz avec un emporte-pièce. Creuser légèrement pour y déposer l'oeuf. Napper généreusement de sauce

Remarque (s)