



Frittata aux champignons et ricotta



Préparation: 15 min



Cuisson: 15 min



Portions: 4

Ingrédients

- 1 c. à soupe (15 ml) d'huile d'olive
- 1 ½ tasse (375 ml) d'oignon tranché finement (environ 1 oignon moyen)
- 1 contenant (227 g) de champignons café ou de paris tranchés finement
- 2 tasses (500 ml) de bébés épinards (ou roquette)
- 3-4 tranches de pain multigrains (genre miche croustie)
- 1 c. à thé (5 ml) de beurre (pour beurrer le moule)
- 6 œufs
- ½ tasse (125 ml) de ricotta
- 1 tasse (250 ml) de cheddar râpé

Méthode

- 1- Préchauffer le four à 400 °F.
- 2- Dans une grande poêle, à feu moyen-vif, dorer les oignons et les champignons dans l'huile pendant environ 5 minutes. Assaisonner.
- 3- Ajouter les épinards et les faire tomber légèrement. Réserver.
- 4- Beurrer un moule carré d'environ 9 po. Répartir les tranches de pain afin de bien couvrir le fond du moule.
- 5- Verser le mélange d'oignons, de champignons et d'épinards sur les tranches de pain.
- 6- Dans un bol, fouetter les œufs et y ajouter la ricotta. Verser ensuite sur le mélange de légumes.
- 7- Terminer en couvrant de cheddar râpé.
- 8- Cuire au four 20 minutes.
- 9- Faire gratiner pendant 5 minutes à Broil.

Astuce de chef:



Vous pouvez remplacer la ricotta par de la crème ou du lait. N'hésitez pas à varier les légumes et le fromage selon votre garde-manger, cette recette est un excellent vide-frigo!!