Poivron à l’œuf dans le trou

Le poivron à l’œuf dans le trou m’est apparu sur Pinterest. La recette originale vient du blog Natasha’s Kitchen et vous la trouverez ici en anglais.
C’est l’une des recettes les plus simples et rapides que j’ai apprises. L’essayer c’est l’adopter.

Pour 4 œufs
Préparation: 10 min
Cuisson : 10 min

1 grand poivron rouge; 4 ou 5 œufs de gros calibre; 25g de parmesan; 1 c. à s. d’huile d’olive; sel, poivre; origan

Faites chauffer l’huile d’olive dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen/fort.
Retirez les graines et la partie centrale à l’intérieur du poivron. Coupez le poivron en 4 rondelles d’1 cm d’épaisseur.

Mettez les rondelles de poivrons dans la poêle et faites-les sauter pendant 1 minute.

Cassez un œuf au centre de chaque rondelle. Au départ, versez chaque œuf délicatement: cela empêchera l’œuf de fuir hors de la rondelle et conservera ainsi une belle forme. Certains œufs fuiront de toute façon mais cela ne les empêchera pas d’être tout aussi délicieux!

Salez et poivrez chaque œuf. Faites sauter pendant 3 minutes puis retournez délicatement les œufs/poivrons.
Garnissez-les généreusement de parmesan et d’herbes (pour ma

part j’ai assaisonné les œufs avec de l’origan).

Si vous voulez que les œufs soient bien juteux, laissez-les cuire encore 1 minute.