

OMERICE

OMELETTE FOURREE AU RIZ ET AUX LEGUMES

Une recette d'origine japonaise

INGRÉDIENTS (pour 2 personnes)

- 250 g de riz rond
- 3 cuillères à soupe de lait
- 3 oeufs
- 1 carotte
- ½ poivron
- 1 oignon
- 2 champignons de Paris
- 1 morceau de poulet
- Sauce tomate (ou ketchup)
- Ail haché
- Sel et poivre

PRÉPARATION

1. **Préparer la garniture au riz.** Faire chauffer la **sauce tomate** à feu doux jusqu'à ébullition. Pendant ce temps, couper les légumes et le poulet en petits cubes.
2. Dans une casserole huilée, mettre du beurre, puis ajouter les morceaux de **poulet** et faire chauffer à feu fort. Puis ajouter les **légumes** (carotte, poivron, oignon, champignons) et saler. Bien mélanger. Puis baisser à feu doux.

3. Ajouter le **riz** dans la casserole. Bien mélanger, puis éteindre le feu.



4. **Préparer l'omelette.** Fouetter les œufs dans un bol, ajouter le lait, saler et poivrer à votre goût.
5. Faire chauffer une poêle huilée à feu moyen. Ajouter le mélange d'œufs pour faire l'omelette. Le cuire légèrement, il doit encore être un peu liquide en surface.
6. Ajouter le riz au milieu de l'omelette, et refermer les bords. Terminer la cuisson.



7. A la fin de la cuisson, retourner l'omerice dans un plat pour que seul le dos soit visible. *Régalez-vous !*