



Frittata aux asperges blanches et au crabe

Temps de préparation

> 1h

Difficulté

Facile



Ingrediënten

75 grammes de beurre
1 kilogramme d'asperges blanches (épluchées et coupées)
500 grammes de grenailles (épluchées et précuites)
8 œufs
200 grammes de fromage à la crème (type Philadelphia)
sel et poivre
1 bouquet ciboulette (ciselée)
2 boîtes de crabe (égoutté)
1 citron
ravier cressonnette

Bereidingswijze

- 1.** Préchauffez le four à 180 °C.
- 2.** Faites fondre 50 g de beurre dans une grande poêle ou dans un wok. Faites revenir les asperges jusqu'à ce qu'elles soient al dente. Utilisez le reste du beurre pour beurrer un plat de cuisson.
- 3.** Mettez les asperges dans le plat de cuisson avec les grenailles coupées en deux.
- 4.** Dans un récipient, battez les œufs et le fromage frais. Salez et poivrez bien. Ajoutez la ciboulette et le crabe. Nappez les asperges et les grenailles de ce mélange. Remuez bien et laissez cuire pendant ± 30 minutes dans un four préchauffé. Les œufs doivent être parfaitement cuits. Avant de servir, garnissez le plat de zeste râpé de citron et de cressonnette.