

# Oeufs cocotte aux poireaux

## Ingrédients par personne :

- 2 œufs
- 200g de légumes
- sel, poivre
- 1 tranche de pain complet, aux céréales .

## Préparation :

1. Préchauffez votre four à 200°C.
2. Le plus long sera de préparer vos légumes, sauf s'il s'agit d'un reste que vous accommodez. Ici le poireau sera coupé en petits morceaux, lavés soigneusement. Faites chauffer le poireau dans une poêle à feu moyen pendant 15 minutes pour le faire étuver, salez et poivrez. Pour que la texture soit bien fondante, conservez du jus de cuisson.
3. Dans votre petit caquelon , versez les légumes , cassez les œufs dessus, salez et poivrez.
4. Dernière étape : enfournez pour 10 minutes ou plus selon la texture du jaune d'œuf souhaitée. Si vous avez opté pour la cuisson au micro-ondes, comptez 2 minutes.



5. Pour les féculents du repas, passez une tranche de pain au grille-pain, et accompagnez vos œufs cocotte avec ces mouillettes. Un régal !

