Tortilla au jambon cru

Mon choix.

Durée totale: 30 min

Temps actif: 10 min

Facile

Ingrédients

Pour 6 personnes

90 g	jambon cru des Grisons
2 cc	beurre
300 g	pommes de terre pelées et cuites
1	poivron rouge
2	œufs
0.5 dl	lait
	sel
	poivre du moulin
	flocons de piment
6	petits plats à gratin

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

130	kcal
8 g	de protéines
10 g	de glucides
5 g	de lipides

Sans gluten

Contient du lactose

Conseil

Précuire les pommes de terre le jour avant.

Préparation

1. Beurrer les plats à gratin. Couper les pommes de terre en rondelles. Parer le poivron et le couper en fi nes lanières. Déposer les deux ingrédients en couches au fond des plats, avec le jambon cru.

2. Battre les œufs et le lait, puis assaisonner avec du sel, du poivre et des fl ocons de chili. Verser uniformément la préparation dans les plats et faire cuire au four préchauff é à 180° C pendant 15-20 minutes.