

Oeufs au four

Ingrédients

Pour 4 personnes

80 g de Gruyère AOP, râpé
2 cs de ciboulette, finement ciselée
4 oeufs
sel, poivre du moulin
papier d'alu pour couvrir



Préparation

1. Tapisser le fond de petits ramequins d'un peu de fromage et de ciboulette.
2. Casser un oeuf dans chacun des moules, assaisonner, garnir avec le reste de fromage et de ciboulette.
3. Couvrir les ramequins de papier d'alu, disposer sur une plaque à gâteau. Cuire env. 10 minutes au deuxième niveau depuis le bas du four préchauffé à 180 °C.

Valeurs nutritionnelles

Une portion contient: 155 kcal; protéines: 12 g; lipides: 12 g; glucides: 1 g.