



Frittata d'artichauts



the Combi Wave™ 3 in 1

Breville®

Frittata d'artichauts

 Préparation 15 minutes / Cuisson 30 minutes
 Portions 4



6 gros œufs
¾ tasse (180 ml) de crème épaisse
4 oz (115 g) de cheddar fort, râpé
1 oignon vert, tranché finement
1 gousse d'ail, émincée

Sel casher et poivre noir fraîchement moulu
3 tiges de chou kale sans les feuilles, tranchées grossièrement
6 oz (170 g) d'artichauts marinés, égouttés et coupés en deux

Préparation

- 1. Dans un grand bol, mélanger les œufs et la crème. Ajouter la moitié du fromage, l'oignon vert et l'ail. Saler au goût.*
- 2. Graisser légèrement un plat rond de 9,5 po (24 cm) allant au micro-ondes. Disposer le chou frisé dans le plat et verser sur le mélange d'œufs sur le chou. Parsemer d'artichauts et du reste de fromage.*
- 3. Appuyer sur COMBO RAPIDE et régler la température à 350 °F (175 °C) pour 30 minutes. Placer le plat rond le plat à croustiller combiné et mettre le tout au micro-ondes, en position élevée. Appuyer sur MARCHE pour démarrer la cuisson.*
- 4. Laisser reposer 5 minutes avant de servir.*