

Omelette aux flocons d'avoine

Omelette moelleuse aux flocons d'avoine, simple et rapide à préparer. Une recette saine et nourrissante pour le petit-déjeuner ou le brunch.

PRÉPARATION **Rapide**

DIFFICULTÉ **Facile**

POUR **2 personnes**

Ingrédients

- [ ] ½ verre de flocons d'avoine pour 2 verres de lait chaud
- [ ] 1 œuf
- [ ] sel

Préparation

1. Dans un bol, mélangez un demi verre de flocons d'avoine pour deux verres de lait chaud.
2. Laissez reposer une heure puis ajoutez à la pâte un œuf, une pincée de sel et mélangez.
3. Dans une poêle beurrée, faites dorer quelques minutes de chaque côté.