

# Omelette chinoise – Crabe & crevettes



Omelette, crabe, crevettes



L'omelette pliée



Le service avec fèves pelées

**Ingrédients** – Convives : 2 – Prépa. : 15 min – Pré cuisson : 10 min – Omelette : 10 min



150g germes de soja



1 petit oignon saucier



Petite boîte crabe  
Net 150g



Petite boîte crevettes  
Net 100g



2 càs huile d'olive



1 càs sauce soja



Poivre & sel



4 œufs

## Préparation

1. Eplucher l'oignon et le hacher.
2. Faire revenir 150g de germes de soja avec le petit oignon haché dans 1 càs d'huile.
3. Ajouter le contenu d'une petite boîte de crabe émietté (150g net).
4. Ajouter le contenu d'une petite boîte de crevettes décortiquées (100g net) à couper en 2..
5. Assaisonner suivant goût (poivre et sel), rajouter 1 càs de sauce soja. Mélanger le tout.
6. Laisser cuire 10 min à feu moyen. Réserver.
7. Chauffer une poêle pour l'omelette avec un fond d'huile.
8. Battre 6 œufs en omelette avec poivre et sel suivant votre goût.
9. Les cuire en omelette à feu vif pendant 3 min.
10. Retourner l'omelette et cuire 3 min.
11. Puis déposer sur une moitié de l'omelette la préparation crabe et crevettes découpées.
12. Replier par-dessus l'autre moitié de l'omelette.
13. Laisser reposer à couvert 5 min, feu éteint. Servir chaud.

Accompagnement : Tagliatelles fraîches ou haricots plats ou fèves pelées poilées à l'oignon.

\* \* \* 22 juin 2020 \* \* \*