

Omelette roulée pulled pork

Omelette roulée garnie de pulled pork, lamelles d'avocat et servie avec salade et sauce barbecue.



Wok



Mise en place

La veille au soir, mettre en décongélation les dés d'avocat et l'effiloché de porc en froid positif. Casser les oeufs dans un saladier et ajouter le lait, assaisonner et réserver au frais.

Mise en oeuvre

Bien battre les oeufs avec une fourchette et dans une poêle chaude en téflon, verser le mélange oeufs et lait, puis mélanger délicatement à l'aide d'une cuillère en bois quelques secondes, puis laisser prendre comme une crêpe.

Sur une plancha chaude, saisir l'effiloché de porc quelques secondes afin de le colorer, puis le placer sur la tortilla d'oeufs dans la poêle.

Ajouter le mélange d'oignons et poivrons avec les cubes d'avocat.

Ensuite rouler l'ensemble comme un wrap.

Couper l'extrémité sur 2 cm et dresser aussitôt.

Suggestion

Vous pouvez ajouter un trait de redhot Lime dans le mélange oeuf/lait avant de le cuire, afin de le rendre plus punchy !

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
EFFILOCHÉ DE PORC BBQ	6928	100 g
MELANGE POIVRONS & OIGNONS GRILLES	7032	30 g
SMOKEY BARBECUE SAUCE	2016	25 g
TRANCHES D'AVOCAT	6723	30 g
Lait		15 ml
Oeuf		5 pces