



Petits pains farcis à l'œuf et au potiron

**Pour 4 personnes.
Préparation 15 min**

Bien s'organiser : Vous pouvez garnir ces petits pains à l'avance et vous les ferez cuire au dernier moment !

Ma liste de courses... Chez

Les quantités précisées ci-dessous sont calculées pour 4 petits pains de 70g environ. Notez bien que pour des appétits d'adultes, il faudra en compter 2 par personnes !

Le boulanger :

- 4 petits pains précuits (70 g environ) naturels, aux céréales ou aux graines. Ou un gros pain à partager

Le fromager :

- 4 pincées de fromage râpé
- 4 petites cuillères à soupe de crème fraîche épaisse

L'épicier :

- 4 petits œufs
- 4 petites pincées de piment d'Espelette
- 1 cuillère à soupe d'huile

Le primeur :

- Quelques pousses d'épinard
- 4 cuillères à soupe de potiron ou autre fin de légumes que vous aurez dans votre réfrigérateur
- ¼ d'oignon

Le primeur :

- 4 tranches de bacon

1. Préchauffez le four à 210°. Pelez et émincez l'oignon (pour savoir comment le faire facilement, regardez mon geste du chef). Faites-le revenir sur feu doux dans une casserole avec un peu

d'huile. Pendant ce temps, découpez le potiron en petits cubes (pour savoir comment le faire facilement, regardez mon geste du chef). Renversez dans la casserole, versez un fond d'eau, salez et poivrez. Augmentez légèrement le feu et faites cuire le potiron 5 à 10 minutes (environ)

2. Pendant ce temps, coupez le chapeau de chaque pain et évidez-les délicatement pour ne pas percer la croûte (vous garderez la mie dans un sac hermétique pour épaissir vos soupes).
3. Sur une grille de votre four, garnissez les pains : déposez un peu de potiron, puis 1 cuillère à soupe de crème fraîche, 1 pincée de fromage râpé, un peu de pousses d'épinard et des morceaux de bacon. Cassez un œuf dessus, parsemez de piment d'Espelette. Posez le chapeau dessus. Répétez l'opération 3 fois. Enfournez pour 10 minutes (faites attention à ne pas faire brûler les chapeaux ; le blanc de l'œuf doit être pris).

Dégustez ces petits pains farcis avec une salade de pousses d'épinards !

Mon premier secret chuchoté à l'oreille : Si vos pains sont petits (environ 70g), prenez de petits œufs car sinon le blanc va couler à côté ! Si vous prenez un gros pain pour toute la famille, vous pouvez vous permettre des œufs de taille moyenne.

Mon deuxième secret chuchoté à l'oreille : Ils sont en 1^{ère} ligne donc ne faites pas brûler les chapeaux ! Si vous constatez que les chapeaux commencent à dorer trop vite et que le blanc n'a pas encore coagulé, enlevez-les du four pour la fin de cuisson !