

Comment cuisiner la meilleure omelette française étape par étape

<https://www.ricardocuisine.com/chroniques/meilleures-recettes/1253-comment-cuisiner-la-meilleure-omelette-francaise-etape-par-etape>



On dit qu'on reconnaît un bon chef à la réussite de son omelette française. Bien qu'elle ne comporte à la base que deux ingrédients et qu'elle soit d'une grande simplicité, elle peut demander quelques essais avant que la technique soit bien maîtrisée. En collaboration avec l'équipe RICARDO, on vous montre comment y arriver. En prime, on vous donne quelques recettes pour la mettre en application. Tout commence avec une bonne poêle antiadhésive et un peu de persévérance!

1. Les ingrédients

Dans ce classique de la cuisine française, il n'y a pas d'ajout d'eau, de lait ou de crème. Comme on ne fait pas d'omelette sans casser d'œufs, ces derniers doivent rester les vedettes du plat. À cela s'ajoutent du beurre et de la ciboulette, pour garnir.

2. Mélange léger

La texture de l'omelette est importante. On recherche quelque chose de mousseux et d'aérien. Il s'agit de bien mélanger les œufs à la fourchette pour que ce soit homogène, tout en évitant de laisser des traces de blanc. En fouettant le tout jusqu'au moment de verser le mélange dans la poêle, on permet l'introduction d'air, ce qui apporte de la légèreté.

3. Choix de la poêle

La poêle que l'on sélectionne pour la cuisson de l'omelette est importante. On va opter pour un modèle antiadhésif de petit format, qui facilitera le pliage éventuel. La spatule en plastique ou la maryse sera aussi privilégiée pour éviter les égratignures. S'ajoute à cela le beurre, qu'on va chercher à faire fondre sans brunir, en nappant bien le fond de la poêle, ce qui évitera que les œufs battus collent et se transforment en œufs brouillés.

4. Sans coloration

Une bonne cuisson tout en douceur est la clé pour réussir son omelette française. Si la température est trop élevée, l'omelette risque d'être sèche. Pour ce faire, on chauffe à feu moyen-doux et on attend que la poêle soit bien chaude avant de verser le mélange. À la différence de la cousine de l'omelette, la frittata, on ne cherche ici aucune coloration. Seulement un léger lustre, créé par le beurre.

Maintenant que vous y êtes arrivés, mettez en action cette technique en y intégrant les ingrédients de votre choix. Ici, on vous propose une version jambon-fromage et une autre avec des courgettes du jardin, des petits pois et de la feta. Place à la créativité!

<https://www.ricardocuisine.com/recettes/6079-omelette-aux-courgettes-aux-petits-pois-et-a-la-feta>

<https://www.ricardocuisine.com/recettes/7556-omelette-jambon-fromage>

Cet article est une collaboration entre l'équipe RICARDO et la Fédération des producteurs d'œufs du Québec.