

# Recettes de camping



oeuf.ca

# Taquitos déjeuners

## INGRÉDIENTS

- 6 œufs
- 2 oignons verts émincés
- 1 c. à soupe (15 ml) d'assaisonnements pour salade
- Sel et poivre au goût
- 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive
- 8 saucisses à déjeuner au veau
- 8 petites tortillas
- 1 tasse (250 ml) de cheddar marbré râpé



1. Dans un bol, fouetter les œufs avec les oignons verts et les assaisonnements pour salade. Saler et poivrer.
2. Dans une poêle, chauffer la moitié de l'huile à feu moyen. Cuire les saucisses de 6 à 8 minutes. Réserver dans une assiette.
3. Dans la même poêle, cuire la préparation aux œufs de 2 à 3 minutes en remuant constamment à l'aide d'une cuillère en bois, jusqu'à ce que les œufs soient brouillés.
4. Garnir les tortillas d'œufs brouillés, de saucisses et de cheddar. Rouler les tortillas en serrant au fur et à mesure.
5. Dans la même poêle nettoyée, chauffer le reste de l'huile à feu moyen. Faire dorer les tortillas roulées de 2 à 3 minutes.

# Couppelles de tortillas aux oeufs

## INGRÉDIENTS

- 4 tortillas souples en bols
- 1 tasse (250 ml) de cheddar marbré râpé
- 150 g (1/3 de lb) de jambon coupé en dés
- 1 petit poivron vert coupé en dés
- 8 tomates cerises coupées en quatre
- 4 tranches de bacon précuit émincées
- 4 œufs
- 1/2 tasse (125 ml) de sauce marinara
- 2 oignons verts



1. Préchauffer le barbecue à 190 °C (375 °F).
2. Déposer les tortillas en bols sur une plaque de cuisson. Garnir de la moitié du fromage, puis garnir de jambon, de poivron, de tomates et de bacon.
3. Dans chaque bol, casser un œuf. Couvrir du reste du fromage.
4. Sur la grille chaude du barbecue, déposer la plaque. Fermer le couvercle et cuire de 18 à 20 minutes en vérifiant la cuisson de temps en temps, jusqu'à ce que le blanc des œufs soit pris, mais que le jaune soit coulant.
5. Dans une casserole, déposer la sauce marinara. Réchauffer quelques secondes sur le réchaud de camping.
6. Au moment de servir, garnir les couppelles d'oignons verts. Servir avec la sauce.

# Oeufs grillés dans des portobellos

## INGRÉDIENTS

- 4 gros champignons portobellos
- 4 œufs
- 4 c. à soupe (60 ml) de parmesan râpé
- Huile d'olive
- Poivre au goût



1. Préchauffer le barbecue à 180 °C (350 °F).
2. Essuyer les chapeaux des champignons avec un essuietout sec. Retirer les tiges. Avec une cuillère, gratter les lamelles noires en prenant soin de ne pas briser les bords des champignons.
3. Badigeonner les chapeaux des champignons avec de l'huile. Placer les champignons sur le barbecue, chapeau vers le bas. Casser 1 œuf dans chaque champignon. Fermer le couvercle. Griller jusqu'à ce que les œufs soient cuits à votre goût et que les champignons soient tendres, soit de 12 à 15 minutes.
4. Retirer du barbecue. Saupoudrer le dessus de chaque œuf de poivre et de 1 c. à soupe (15 ml) de fromage.

# Pochettes déjeuners

## INGRÉDIENTS

- 1 paquet de pommes de terre parisiennes de 500g
- 1 petit oignon rouge coupé en dés
- 1 c. à thé (5 ml) d'épices cajun
- 1 poivron rouge coupé en dés
- 2 c. à thé (10 ml) d'herbes italiennes séchées
- 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive
- Sel au goût
- 8 saucisses à déjeuner porc et bœuf
- 4 œufs



1. Préchauffer le barbecue à 220 °C (425 °F).
2. Dans un bol, mélanger les pommes de terre avec l'oignon, les épices, le poivron rouge, les herbes italiennes et l'huile.
3. Au centre de quatre feuilles de papier d'aluminium épais, répartir la préparation aux légumes et les saucisses. Replier le papier de manière à former des papillotes hermétiques.
4. Sur la grille chaude du barbecue, déposer les papillotes. Fermer le couvercle et cuire de 15 à 18 minutes, en retournant plusieurs fois les papillotes en cours de cuisson.
5. Ouvrir chaque papillote et déplacer les légumes vers le rebord des papillotes de manière à laisser un espace libre au centre. Casser un œuf au centre de chaque papillote.
6. Fermer le couvercle du barbecue et poursuivre la cuisson de 5 à 7 minutes, jusqu'à ce que les œufs soient pris.

Pour fournir des œufs à 9 millions de Québécois.ses, ça en fait des poules à nourrir, jour après jour. Que ce soit à l'épicerie, dans les restaurants, dans nos écoles et nos hôpitaux, pour les boulangeries et les pâtisseries ainsi que pour les produits transformés comme la mayonnaise, les producteurs d'œufs du Québec sont disponibles pour répondre à la demande des consommateurs d'ici.



Un œuf  
bien de  
chez nous!



Au Québec, c'est \_\_\_\_\_



**200 producteurs et  
5,9 millions de poules**

qui s'occupent à nous alimenter en œufs à longueur d'année.

---

# D'où vient votre oeuf ?



## DÉCOUVREZ-LE EN 3 ÉTAPES FACILES

1

Rendez-vous au [oeuf.ca](https://www.oeuf.ca)

2

Entrez le code de votre oeuf  
dans la case appropriée

3

Découvrez votre  
producteur d'œufs



Fédération des  
producteurs d'œufs  
du Québec

# En mode camping?

On sort des sentiers battus.



Recettes  
de camping

