



LA BELLE VIE

Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

Bagel œuf, bacon & cheddar

Pour 2 personnes | Très facile

43 min | **3.62€** La portion (prix indicatif)



Une belle recette de bagel, pour un repas sur le pouce. Ici, une version avec de des oeufs, du bacon et du cheddar.

Les ingrédients

- **2 pièce** de Pain à bagel
- **2 pièce** de Oeuf
- **6 tranche** de Bacon fumé
- **1 pièce** de Tomate
- **1 1/2** de Oignon jaune
- **25 g** de Mayonnaise
- **1 c à c** de Moutarde classique
- **0.5 c à c** de Vinaigre de vin rouge
- **1 brin** de Aneth frais
- **20 g** de Sirop d'érable
- **0.5 c à c** de Tabasco
- **5 tranche** de Fromages à l'américaine type cheddar ou toastinettes

Étapes de préparation



Préparation : 25 min



Cuisson : 18 min



Attente : 0 min

- 1 Prélevez les feuilles d'un brin d'aneth et hachez-les pour avoir l'équivalent de 2 càc. Dans un bol, mélangez 2 càs / 25g de mayonnaise, 1 càc / 5g de moutarde forte, ½ càc de vinaigre de vin rouge, l'aneth, 1 càs / 20g de sirop d'érable et 1 càs d'huile d'olive.
- 2 Coupez ½ petit oignon en petits dés de 5 mm.
- 3 Coupez ½ grosse tomate en petits dés de 5 mm. Dans des bols séparés, battez 2 œufs* en omelette. Astuce : passez-les dans un tamis fin

pour avoir une omelette lisse, homogène et sans bulle d'air.

Ajoutez dans chaque bol la moitié des dés de tomates, 1 pincée de sel et un filet de sauce piquante.

Mélangez et passez à la cuisson.

*Selon la taille de votre bagel ou de votre faim, comptez 2 œufs par personne et non 1. Dans ce cas, doublez aussi les proportions d'oignon et de tomate.

- 4 Mettez 6 tranches de bacon fumé dans une poêle large*. Dorez-les légèrement à feu doux. Comptez 4-5 minutes pour la première face le temps que la poêle chauffe, la seconde face prendre moins longtemps, environ 2 minutes.

Mettez de côté dans de l'aluminium pour les maintenir au chaud.

*de préférence anti-adhésive. Pour une omelette avec 1 œuf, utilisez une petite poêle de 12-15 cm de diamètre. Pour une avec 2 œufs, une poêle de 24 cm.

- 5 Coupez 2 bagels en deux.

Toastez les bagels : au choix à la poêle, au grille-pain ou sous le grill de votre four.

À la poêle : chauffez de la matière grasse dans une poêle large. Ajoutez les moitiés de bagel et dorez-les quelques minutes. Répétez l'opération selon la taille de votre poêle.

Au grill (pratique pour tous les faire en même temps) : placez les moitiés de bagel sur une plaque de cuisson, face coupée vers le haut. Badigeonner légèrement d'huile ou de beurre fondu. Faites dorer en haut du four (préchauffé à 220°C, mode grill), quelques minutes à peine.

Mettez de côté les bagels dans de l'aluminium pour les garder chaud.

- 6 Chauffez une grosse noix de beurre dans la même poêle. Quand le beurre commence à mousser, ajoutez les dés d'oignon. Faites-les suer 2 à 3 minutes jusqu'à ce qu'ils soient fondants.

Mettez de côté la moitié des oignons.

- 7 Dans la poêle avec le reste des oignons, versez l'intégralité d'un bol avec l'œuf et la tomate. À feu doux, laissez le dessous de l'omelette cuire. Quand le dessus reste légèrement liquide, décollez le bord en glissant une spatule le long. Remuez la poêle, l'omelette devrait bouger facilement. Repliez les bords au centre pour avoir un carré de la taille du bagel.

Retournez l'omelette, laissez cuire 30 secondes. Mettez de côté.

Chauffez à nouveau une grosse noix de beurre dans la même poêle. Mettez le reste de l'oignon et l'œuf restant. Faites cuire l'omelette de la même manière.

Passez au montage.

- 8 Étalez la sauce sur chaque moitié de bagel. Ajoutez des tranches de cheddar sur le pain du bas, puis l'omelette et du bacon.

Refermez le bagel, c'est prêt !