

Tortilla à la roquette

Bonjour à toutes et tous,

Le mois de septembre invitant à la cuisine facile et rapide pour se concentrer sur les préoccupations de la rentrée, j'avais envie de partager avec vous une idée dans ce thème.

Pour l'anecdote, le hasard des déplacements professionnel m'a emmené plusieurs fois en Espagne avec des collègues, collègues qui ont eu vite fait de nous (me) trimballer dans des bars à tapas pour les dîners (En tout bien, tout honneur, bien entendu). Ces sorties ont été l'occasion d'explorer quelques classiques des tapas espagnols comme les fameux [padrons grillés](#) (qu'on retrouve dans le Gers). Je suis particulièrement tombée fan des **patatas bravas** et des **tortillas** pour leur goût et leur simplicité.

La tortilla est un plat que j'ai assez vite itéré à la maison, car elle a le mérite d'être peu onéreuse, peu complexe, et être raisonnablement bien appréciée par mes gourmands. Certes, je n'arrive pas à avoir le tour de main de la cuisson de là-bas, mais cela reste un très bon plat pour régaler rapidement. Quand la saison le permet (comme en septembre) quelques herbes du jardin comme de la roquette s'invitent sur le dessus avec une note poivrée et herbacée. Vous ajoutez une salade de tomates ou d'autres crudités, pour composer un repas équilibré.

Je voulais donc vous proposer l'idée de cette tortilla roquette pour vous rappeler cette recette ou vous inspirer. Je suis sûre que vous saurez en tirer une bonne idée pour vous et vos convives. ☐

Bonne journée !



- Tortilla -
pomme de terre et roquette

Recette : Tortilla roquette

Saison de la recette : Toute Avril à Novembre

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes

- 6 œufs
- 1 oignon
- 600 g de pomme de terre (déjà cuites)
- 2 poignées de roquette
- 1 à 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre

Réalisation

- Épluchez et hachez l'oignon. Faites revenir l'oignon émincé dans l'huile d'olive.
- Coupez les pommes de terre en rondelles, ajoutez-les aux oignons et faites les dorer légèrement.
- Battez les œufs en omelette avec sel et poivre, versez-les dans la poêle.
- Lorsque le dessous est cuit, retournez la tortilla avec une assiette, remettez dans la poêle et laissez cuire ensuite jusqu'à ce que le 2eme côté soit pris.
- Retournez dans le plat de service, parsemez de roquette et servez aussitôt.

Astuces :

- Conservation : La tortilla se conserve 2 jours au frigo, bien emballée ou dans une boîte hermétique. Elle peut se consommer froide ou tiède.
- Variante : Pour une note épicée, ajoutez sur le dessus une pincée de paprika fumée. Pour une note plus fraîche, remplacez la roquette par de la ciboulette. Et forcément, pour les amateurs de chorizo, avec du chorizo cela sera encore meilleur. ☐



© Au Fil du Thym
Tortilla roquette (du jardin)
