



« Eggs bites » dans des moules

BOUCHÉES D'OEUFS AUX POIVRONS ROUGES RÔTIS

- 4 œufs
- ½ tasse de fromage monterey jack râpé en lamelles
- ½ tasse de fromage cottage
- 1 oignon vert haché
- ½ poivron rouge rôti haché
- ¼ tasse d'épinards hachés

PIMENT VERT COUPÉ EN DÉS + FROMAGE PEPPERJACK

- 4 œufs
- 1/2 tasse de fromage pepperjack râpé, râpé
- 1/2 tasse de fromage cottage
- 1/4 tasse de piments verts coupés en dés

BROCOLI CUIT + FROMAGE CHEDDAR

- 4 œufs
- 1/2 tasse de fromage cheddar râpé râpé
- 1/2 tasse de fromage cottage
- 1/4 tasse de brocoli cuit haché

BACON + GRUYÈRE

- 4 œufs
- 1/2 tasse de fromage gruyère râpé
- 1/2 tasse de fromage cottage
- 1/4 tasse de bacon cuit émietté

SAUCISSE + CHAMPIGNONS + FROMAGE SUISSE

4 œufs
1/2 tasse de fromage suisse râpé
1/2 tasse de fromage cottage
1/4 tasse de saucisse cuite émietée
1/4 tasse de champignons cuits hachés
1 cuillère à soupe d'oignons verts hachés

TOMATES SÉCHÉES AU SOLEIL + BASILIC + FROMAGE FETA

4 œufs
1/2 tasse de fromage cottage
1/4 tasse de fromage feta émietté
1/4 tasse de tomates séchées au soleil en dés
1 cuillère à soupe de basilic frais haché ou 1 cuillère à café de basilic séché

INSTRUCTIONS

Ajoutez 1 tasse d'eau dans Instant Pot et placez le dessous de plat (fourni avec votre Instant Pot) à l'intérieur.

Pour chacune des recettes, mélanger en fouettant les ingrédients.

Répartir uniformément le mélange d'œufs dans les compartiments du moule en silicone, couvrir hermétiquement d'une feuille d'aluminium.

Abaissez le moule en silicone dans le Pot Instantané. C'est un peu serré, mais avec le Instant Pot de 6 pintes.

Placez le couvercle sur le Instant Pot et assurez-vous que l'évent est réglé sur « sealing ».

Appuyez sur la touche STEAM et réglez la minuterie sur 10 minutes. Il faudra environ 5 minutes pour que le Pot Instantané atteigne sa pleine pression, puis l'écran affichera un compte à rebours.

Une fois le temps de cuisson écoulé, laissez la pression se relâcher naturellement pendant 10 minutes, puis relâchez toute pression restante avant d'ouvrir l'instant pot.

Retirez le moule en silicone du Instant Pot et laissez refroidir les bouchées d'œufs quelques minutes avant de les déguster.

<https://www.platingsandpairings.com/instant-pot-sous-vide-egg-bites-starbucks-copycat/>