



Roulés déjeuner aux épinards et aux œufs Casa Mendosa^{MC}

Portions 2 / 15 minutes



INGRÉDIENTS

2 tortillas de blé entier de 10 pouces Casa Mendosa^{MC}

1 c. à soupe de tomates séchées

2 tasses d'épinards frais


4 gros œufs

1 c. à soupe de fromage à la crème

2 c. à soupe de féta émietté

2 c. à thé d'huile d'olive ou de beurre

INSTRUCTIONS

 Préparation : **5 min** | Cuisson : **10 min** | Total : **15 min**

- 1** Dans une petite poêle, chauffer les tomates séchées à feu moyen-doux. Cuire en remuant fréquemment, jusqu'à ce que les tomates aient ramolli (3 à 4 minutes). Ajouter les épinards et couvrir de 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce que les épinards soient flétris, en remuant une ou deux fois au besoin.
- 2** Retirer le mélange de la poêle et réserver. Essuyer soigneusement la poêle avec un essuie-tout et la remettre sur feu moyen-doux. Ajouter les œufs, remuer une fois et couvrir. Cuire de 4 à 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils aient pris.
- 3** Pendant la cuisson des œufs, tartiner les tortillas Casa Mendosa^{MC} de fromage à la crème. Disposer les épinards et le féta sur le fromage à la crème. Une fois les œufs cuits, les déposer sur le féta.
- 4** Rouler le tout bien serré.
- 5** Si désiré, remettre dans la poêle sèche (à feu moyen) pour rendre l'extérieur du roulé croustillant. Commencer en plaçant le côté fermeture en dessous et retourner après 2 ou 3 minutes, ou jusqu'à ce que chaque côté soit doré.
- 6** Couper en deux et déguster immédiatement.