

L'art et la manière d'upgrader l'oeuf cocotte

25/04/18 à 08:45 - Mise à jour à 11:08

[Du Nest du 30/03/18](#)

Un oeuf poché, nappé d'un velouté crémeux. Imagine-t-on plus facile, plus élégant et plus raffiné ? Oui, car il est possible d'upgrader le fameux oeuf cocotte avec des fines herbes, des petits légumes, des lardons ou du fromage. La preuve...

L'oeuf cocotte appartient aux classiques de la gastronomie française. Basique et assez facile à réussir : on cuit l'oeuf au four, au bain-marie, dans un petit récipient résistant à la chaleur. Dans sa version la plus simple, il suffit de casser un oeuf dans un ramequin beurré. Mais la tradition gourmande consiste à napper l'oeuf cocotte d'une crème veloutée. Ou de le *twister* selon l'inspiration du moment.



© PHOTOS EEFJE DE CONINCK

Vous pouvez assaisonner la crème de toutes les façons. Avec un peu de noix de muscade, ça marche toujours. Ou une pincée de paprika, de cumin ou de piment. Vous préférez les fines herbes ? Songez à l'aneth, à la ciboulette et à l'estragon. Pourquoi ne pas garnir les cocottes de champignons poêlés ou d'une tombée d'épinards au chèvre et au curry ? Si vous aimez la saveur des lardons, pas d'hésitation, testez l'association ! Envie de poisson fumé ? C'est aussi une très bonne idée.

L'oeuf cocotte ne fait pas son difficile, et c'est pour ça qu'on l'aime. En un tournemain, voilà un petit déjeuner ou un lunch complet et sain ! Le parfait bon plan pour agrémenter les restes - de légumes ou autres - de la veille. Jetez un coup d'oeil dans votre frigo et osez expérimenter. Vous serez surpris par les innombrables possibilités qu'offre la petite cocotte gourmande.

LA PRÉPARATION, DU TOUT CUIT !

Lorsque vous plantez votre fourchette dans un oeuf en cocotte, le jaune doit couler. Pour réussir ce "tour de force", rien de plus simple. Préchauffez le four à 180 °C. Placez les ramequins dans un plat (suffisamment profond) allant au four. Remplissez-le d'eau chaude jusqu'à mi-hauteur des ramequins. Comptez 10 à 15 minutes de cuisson, voire 20 si vous préférez vos oeufs plus durs. Vous n'avez pas de four ? Vous pouvez cuire vos oeufs sur le feu. Placez les ramequins dans une large casserole, remplissez-la d'eau chaude jusqu'à mi-hauteur des ramequins. Faites cuire à feu doux, et à découvert, pendant quelques minutes (comme pour des oeufs mollets).

N'OUBLIEZ PAS LES CAVALIERS !

Un oeuf cocotte se déguste de préférence en y trempant des bâtonnets de pain croustillant (baguette ou autre) qu'on appelle "cavaliers". Pour en obtenir de jolis, toastez des tranches de pain blanc ou complet au grille-pain ou à la poêle dans un peu de beurre, puis détaillez-les en bâtonnets. Beurrez-les généreusement avant de les tremper dans le jaune d'oeuf coulant.

POUR VARIER LES PLAISIRS

A la place de la crème, optez pour de la sauce tomate ou béchamel.

Parsemez la préparation d'un peu de fromage.

Versez deux ou trois gouttes de Tabasco pour donner du piquant.

Ajoutez un restant de ratatouille dans vos cocottes.

Vous préférez éviter le pain ? Remplacez les cavaliers par des pointes d'asperges, des bâtonnets de concombre ou de chou-rave cru.



Oeufs cocotte aux épinards, chèvre et curry. © PHOTOS EEFJE DE CONINCK

BRUNCH Oeufs cocotte aux "cavaliers" asperges

POUR 4 :

Pour les oeufs :

100 ml de crème liquide ? sel et poivre noir du moulin ? noix de muscade ? 4 oeufs

Pour les cavaliers asperges :

12 pointes d'asperges vertes ? 1 noix de beurre ? 1 trait d'huile d'olive ? 12 tranches de pancetta (env. 100 g)

Préchauffez le four à 180 °C. Assaisonnez la crème liquide de sel, poivre et noix de muscade. Versez dans chaque ramequin une cuillerée à soupe de crème, puis cassez un oeuf par-dessus. Ajoutez une cuillerée de crème, un peu de sel, poivre et noix de muscade. Mettez les cocottes dans un plat allant au four et remplissez-le d'eau jusqu'à mi-hauteur des ramequins. Cuisez le tout pendant 10 à 15 min. (20 min. pour des oeufs cuits dur).

Cuisez brièvement les pointes d'asperges à la poêle dans un peu de beurre et d'huile très chauds. Faites-les sauter : elles peuvent être un peu croquantes. Retirez-les de la poêle, puis enveloppez chaque asperge dans une tranche de pancetta. Faites-les à nouveau colorer dans la poêle. Sortez délicatement les ramequins de l'eau et servez-les avec les "cavaliers" asperges.

25' / ?



© PHOTOS EEFJE DE CONINCK



Oeufs cocotte aux oeufs de truite et à l'aneth. © PHOTOS EEFJE DE CONINCK



OEufs cocotte aux champignons et crème moutardée. © PHOTOS EEFJE DE CONINCK

BRUNCH OEufs cocotte aux coeurs d'artichaut et lardons

POUR 4 :

120 g de lardons ou de dés de pancetta ? 1 petit bocal de coeurs d'artichaut (150 g), en rondelles ? 100 ml de crème liquide ? 4 oeufs ? sel et poivre noir du moulin ? noix de muscade

Préchauffez le four à 180 °C. Faites dorer les lardons à la poêle, puis séchez-les. Ajoutez-les aux rondelles d'artichaut et répartissez ce mélange dans les ramequins. Assaisonnez la crème de sel, poivre et noix de muscade. Versez une cuillerée de crème dans chaque ramequin et cassez un oeuf par-dessus. Ajoutez une cuillerée de crème assaisonnée. Mettez les ramequins dans un plat allant au four et remplissez-le d'eau jusqu'à mi-hauteur des ramequins. Cuisez le tout pendant 10 à 15 min. (20 min. pour des oeufs cuits dur). Sortez délicatement les ramequins de l'eau et servez avec des cavaliers.

20'

