L'OMELETTE FRANçAISE DE JACQUES PéPIN



Cette recette d'omelette du chef Jacques Pépin, le maître reconnu de l'omelette française, est un excellent point de départ pour ce plat. Pour obtenir le genre de résultats dodus et crémeux que Pépin a perfectionnés au cours de plusieurs décennies, vous devrez vous entraîner - et vous entraîner encore. Le plat repose presque entièrement sur la technique, exécutée à feu relativement vif, ce qui laisse peu de place à l'erreur. Mais c'est aussi là que réside le défi, et le plaisir. Vous vous améliorez au fil des omelettes, et vos erreurs restent délicieuses.

Infos

- **Temps de préparation**: 2 mins
- **Temps de cuisson**: 3 mins
- **Portions**: 1 (pour 1 omelette)

Ingredients

- 3 gros œufs
- 1/4 de cuillère à café de sel fin
- 1/4 de cuillère à café de poivre noir fraîchement concassé
- 1 cuillère à soupe de beurre non salé

Préparation

Etape 1

Dans un petit bol, mélanger les œufs, le sel et le poivre et, à l'aide des dents d'une fourchette, piquer chaque jaune d'œuf et battre vigoureusement les œufs dans un mouvement circulaire jusqu'à ce qu'ils soient bien mélangés.

Etape 2
Placer une petite poêle antiadhésive (8 pouces) sur feu moyen-vif et faire fondre le beurre en le laissant mousser. (Voir notes.) Ajouter le mélange d'œufs et laisser prendre, environ 5 secondes. Les autres étapes se dérouleront assez rapidement, alors soyez attentifs, agissez rapidement et ne soyez pas timides.

Etape 3
À l'aide d'une petite spatule souple, remuer rapidement les œufs, en allant jusqu'au bord de la poêle, dans un mouvement circulaire tout en secouant vigoureusement la poêle d'avant en arrière. Toutes les 5 secondes environ, utiliser la spatule pour racler la fine couche de mélange d'œufs sur les côtés de la poêle et la ramener au centre, en répétant l'opération jusqu'à ce que les œufs soient uniformément brouillés et légèrement humides, soit environ 45 secondes.

Etape 4
En travaillant rapidement pour éviter que l'omelette ne brunisse, inclinez la poêle de façon à ce que le mélange d'œufs s'accumule d'un côté. Utilisez la spatule pour rassembler le bord de l'omelette le plus proche de vous et retournez-la, en recouvrant environ un tiers du mélange. Détachez le bord de l'omelette du côté le plus éloigné de la poêle.

Etape 5
Soulever la poêle au-dessus du brûleur et frapper l'extrémité de la poignée avec le talon de l'autre main plusieurs fois jusqu'à ce que l'omelette du côté le plus éloigné commence à se soulever et à se replier sur elle-même. Utilisez la spatule pour replier le bord le plus éloigné sur l'omelette afin de former un cylindre grossier.

Etape 6
Inclinez à nouveau la poêle et tapez-la légèrement contre une surface dure résistante à la chaleur pour rapprocher l'omelette pliée du bord. Tenez une assiette près de la poêle et inclinez-la avec précaution pour retourner délicatement l'omelette sur l'assiette. L'omelette doit être cylindrique, et non plate, et humide à l'intérieur lorsque vous la coupez. Servir immédiatement.