

## Brunch

Je fais partie de cette génération qui aime beaucoup bruncher. Oui mais seulement à la maison ! Non pas que l'idée de payer 35 euros pour des oeufs brouillés et une coupe de mimosa (franchement, qui a envie de boire du champagne à 10 h du matin ?) me dérange (attention ironie inside), c'est juste que je ne suis pas du matin.

Alors quand je me lève le dimanche à 9H (ça c'est la méga grasse mat des parents, WOW), mon estomac me tiraille plus que lorsque je suis sur le pied de guerre à 7H en semaine, et donc je pourrais dévorer n'importe quoi. Du coup, je me fais plaisir avec de bonnes choses grâce auxquelles je vais survivre jusqu'à 18H, l'heure de grignoter les restes...s'il y en a!

Et vous, vous êtes du genre café croissant ou orgie pantagruélique le dimanche matin ?

[Imprimer](#)

Egg Boats

Auteur: Piment-Oiseau

Temps de préparation: 5 minutes

Temps de cuisson: 10 minutes

Temps total: 15 minutes

Pour 4 personnes

### Ingredients

- - 4 [petits pains précuits surgelés](#)
- - 4 [oeufs](#) (jaunes et blancs séparés)
- - 4 cuillères à soupe de [gruyère râpé](#)
- - sel
- - poivre

### Instructions

1. Préchauffer le four à 200°C.
2. Faire chauffer les petits pains (encore surgelés) au four micro-ondes pendant 30 secondes. Découper un chapeau au centre et enlever une partie de la mie. Répartir le gruyère râpé au fond de chaque cavité et y verser les blancs d'oeufs. Enfourner pour 10 min. Déposer ensuite les jaunes d'oeufs délicatement sur le blanc cuit. Saler, poivrer et enfourner pour 1 minute. Déguster bien chaud.

---

Astuce : pour stabiliser les egg boats pendant la cuisson, les poser sur de papier aluminium froissé avant de les enfourner.

---

[Imprimer](#)

Pancakes au bacon

Auteur: Piment-Oiseau

## Y a pas que les frites dans la vie

Pimenté par TOUPARGEL

<http://yapasquelesfritesdanslavie.fr>

---

Temps de préparation: 1 minutes

Temps de cuisson: 1 minutes

Temps total: 2 minutes

Pour 4 personnes

### Ingredients

- - 12 [pancakes surgelés](#)
- - 8 [tranches de bacon](#) ou de poitrine fumée
- - 4 cuillères à soupe de [myrtilles surgelées](#)
- - 1 filet de [sirop d'érable](#)

### Instructions

1. Faire chauffer les pancakes au grille-pain pendant 1 minute.
2. Faire chauffer une poêle anti-adhésive sans matière grasse et saisir les tranches de bacon jusqu'à ce qu'elles deviennent croustillantes. Déposer sur les pancakes, parsemer de myrtilles et arroser de sirop d'érable avant de déguster.

---

Astuce: le sirop d'érable peut être remplacé par du miel.

---

[Imprimer](#)

Smoothie à la mangue

Auteur: Piment-Oiseau

Temps de préparation: 5 minutes

Temps de cuisson:

Temps total: 5 minutes

Pour 4 personnes

Ingredients

- - 1 L de [lait frais](#)
- - 4 tranches de [mangue surgelée](#)
- - 1 yaourt à la grecque
- - 1 cuillère à soupe de miel

Instructions

1. Mixer dans un blender la mangue (décongelée), le lait, le yaourt et le miel. Répartir dans

## **Y a pas que les frites dans la vie**

Pimenté par TOUPARGEL

<http://yapasquelesfritesdanslavie.fr>

---

des verres et servir frais.

---

Astuce: transformer ce smoothie en milk-shake en y incorporant une boule de glace vanille.

---