

**Œufs cocotte aux épinards et tomate**

[](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2018/04/ufs-cocotte-aux-epinards-et-tomate-p1100082-r.jpg) **Pour 2 Croquants-Gourmands**

**- 2** [**œufs**](https://recettes.de/oeufs)  
**- 1 gousse d'ail**  
**- 3 petites** [**tomates**](https://recettes.de/tomates)  
**- 150 g de feuilles d'**[**épinards**](https://recettes.de/epinards) **surgelées**  
**- 1 bouquet de persil**  
**- 1 bouquet de ciboulette**  
**- Huile d'olive**  
**- sel & poivre du moulin**

**2 cassolettes à four**  
**Préchauffage du four à 180°C** [Position four chaleur tournante _png](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2014/01/Position-four-chaleur-tournante-_png.jpg)

Peler, dégermer et hacher finement la gousse d'ail.  
Peler les tomates et les épépiner. Couper la chair en dés : J'en ai obtenu 150 g.  
Hacher le persil et la ciboulette pour obtenir une cuillerée à soupe de chaque.  
Faire à peine dorer l'ail dans une cuillerée d'huile chaude.  
Ajouter les dés de tomates, saler et poivrer.  
Couvrir et laisser cuire 5 minutes à chaleur douce.  
Ajouter le persil et la ciboulette et bien remuer. Réserver.  
Faire dégeler les feuilles d'épinards dans la même poêle.  
Saler et poivrer. Les hacher au couteau.  
Répartir les épinards dans les cassolettes et faire un creux au-milieu.  
Casser un œuf dans chaque nid. Assaisonner.  
Répartir la fondue de tomate sur les œufs.  
Faire cuire au four pendant 8 à 10 minutes, jusqu'à ce que le blanc de l'œuf soit pris.  
Servir immédiatement.