**Omelette aux épinards au four**

[](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2020/10/omelette-aux-epinards-au-four-p1260665-r-scaled.jpg) **Pour 6 Croquants-Gourmands**

**- 400 g de feuilles d'**[**épinards**](https://recettes.de/epinards) **(surgelées pour moi)**  
**- 4 tranches de** [**jambon cru**](https://recettes.de/jambon-cru)  
**- 6** [**œufs**](https://recettes.de/oeufs)  
**- 150 g de** [**ricotta**](https://recettes.de/ricotta)  
**- 1 càc de** [**curry**](https://recettes.de/curry)  
**- 50 g de** [**parmesan**](https://recettes.de/parmesan)  
**- 1** [**tomate**](https://recettes.de/tomates)  
**- sel (**[**sel à l'ail**](https://croquantfondantgourmand.com/le-sel-a-lail/) **pour moi) & poivre du moulin**  
**- huile d'olive**

**1 moule à manqué de 20 cm de Ø légèrement huilé si non en silicone**  
**Préchauffage du four à 180°C** [Position four chaleur tournante _png](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2014/01/Position-four-chaleur-tournante-_png.jpg)

Mettre les feuilles d'épinards  à dégeler dans une cuillerée d'huile chaude jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'eau de végétation (au besoin les égoutter).  
Les hacher au couteau et les laisser refroidir.  
Couper les tranches de jambon cru en petites lamelles.  
Dans un saladier, fouetter les œufs avec la ricotta, le parmesan et le curry jusqu'à ce que la préparation soit lisse. Ajouter le jambon et les épinards et mélanger.  
Saler ([**sel à l'ail**](https://croquantfondantgourmand.com/le-sel-a-lail/) pour moi) et poivrer au goût. Verser la préparation dans le moule.  
Disposer sur le dessus la tomate coupée en rondelles. Badigeonner d'huile.  
Faire cuire pendant 30 minutes.  
Laisser reposer quelques minutes puis démouler sur le plat de service.