

Flans de Chicons aux Crevettes Grises

Nombre de personnes: 6

Temps de préparation: 45 min

Ingrédients:

- CHICON(S)	2
- SUCRE SEMOULE	1 c à café
- OEUF(S)	3
- CRÈME FRAICHE	200 ml
- CIBOULETTE	
- CREVETTES GRISES	100g
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Ôtez les cœurs amers et durs des chicons puis émincez-les finement.
- Faites-les revenir dans du beurre chaud pendant 10 minutes. Terminez la cuisson avec un peu de sucre afin de les caraméliser. Réservez.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Dans un plat creux, fouettez les œufs avec la crème et de la ciboulette ciselée. Salez et poivrez.
- Intégrez les crevettes et les chicons caramélisés.
- Beurrez légèrement 6 ramequins hauts.
- Répartissez le mélange aux chicons et crevettes dans ces ramequins.
- Déposez-les dans grand plat à gratin. Remplissez d'eau bouillante sur 3 cm de haut.
- Enfourez pour 20 à 22 minutes (vérifiez la cuisson avec la pointe d'un couteau).
- Laissez tiédir avant de servir avec 2 à 3 crevettes grises en décoration.



Remarque:

Vous pouvez laisser refroidir complètement ce flan et le réchauffer doucement au micro-onde pendant 1 minute environ.