

Flan de Courgettes au Chèvre et Basilic

Nombre de personnes: 6

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- | | |
|-------------------------|----------------------|
| - COURGETTE(S) | 1 belle |
| - BASILIC | 1 c à soupe + un peu |
| - OEUF(S) | 1 |
| - HUILE D'OLIVE | |
| - CRÈME FRAICHE EPAISSE | 1.5 c à soupe |
| - FROMAGE(S) DE CHEVRE | 150 - 200g frais |
| - SEL | |
| - POIVRE | |

Recette:

- Râpez la courgette au robot.
- Dans une poêle, faites revenir cette courgette râpée dans de l'huile chaude. Laissez bien évaporer toute l'eau puis salez, poivrez et ajoutez le basilic et la crème épaisse.
- Laissez compoter encore quelques minutes.
- Hors du feu, ajoutez l'œuf battu.
- Préchauffez le four à 200°C.
- Huilez un moule en silicone (6 flans) et remplissez au $\frac{3}{4}$ et tassez légèrement.
- Emiettez légèrement le fromage de chèvre et déposez-le au sommet des courgettes. Saupoudrez d'un peu de basilic et poivrez.
- Enfournez pour 10 minutes et terminez par 2 minutes sous le grill.
- Sortez du four et laissez complètement refroidir avant de démouler.
- Au moment de servir, réchauffez doucement au micro-onde.



Remarque:

A partir de EN-158