

Flan de Courgettes

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 40 minutes

Ingrédients:

- COURGETTE(S)	1
- OEUF(S)	3
- CREME FRAICHE	20 cl
- LAIT	50 g
- SEL	
- POIVRE	
- PERSIL	
- GRUYERE RAPE	80 g

Recette:

- Coupez la courgette en petits dés (avec l'appareil).
- Faites revenir ces petits dés dans une poêle pendant 10 minutes.
- Dans un saladier, mélangez les œufs, sel et poivre, crème fraîche, lait et le persil.
- Dans un plat à gratin, mélangez les courgettes cuites avec le mélange aux œufs et incorporez le gruyère (pas sur le dessus).
- Enfournez sur position CRISP pendant 15 minutes.
- Servez accompagné d'une salade verte.

