



Recette : Flan de courgettes



Ingédients :

- ∴ 1 kg courgettes
- ∴ 20 feuilles de basilic
- ∴ 60 g gruyère râpé
- ∴ 40 g parmesan
- ∴ 8 c à soupe de lait
- ∴ 6 œufs
- ∴ beurre, huile olive, sel, poivre

Cuisson : 35 mn

Thermostat : 180°C (th. 6)

Préparation :

Préchauffez le four à 180 °

Lavez les courgettes et coupez-les en très fines rondelles sans les éplucher.

Dans une poêle, faites chauffer un peu d'huile d'olive. Faites-y revenir les courgettes environ 10 mn à petit feu.

Dans un bol, battez les œufs. Ajoutez les fromages, le basilic haché et le lait.

Salez, poivrez.

Versez la préparation sur les courgettes. Remuez et versez aussitôt dans un moule à cake beurré (attention, l'omelette ne doit pas « prendre »).

Enfournez pour 35 mn.