

Flan de Courgettes

C'est Suzy qui vous la propose !

- Eplucher 1,5 kg de courgettes, les couper en rondelles.
- Peler et émincer un oignon.
- Cuire à découvert avec 2 cuillerées d'huile d'olive les courgettes, l'oignon et rajouter 2 ou 3 gousses d'ail. Saler, poivrer.
- Battre de 8 à 10 oeufs (suivant grosseur) en omelette. Rajouter 3 cuillerées de crème fraîche et 1 cuillerée de fécule de maïs, du persil et de la sarriette.
- Mélanger la préparation avec les courgettes et l'oignon cuits.
- Mettre dans un moule à cake.
- Faire cuire au four de 30 à 40 mn (piquer avec un couteau pour évaluer la cuisson).
- Réserver au moins 4 h au frigo.
- Servir accompagné d'une salade ou suivant votre convenance.
-

Le + de Suzy : la préparation est plus "fine" en écartant deux blancs d'oeufs de la préparation.