

Recette de flan aux courgettes

Préparation : 45 min

Ingrédients (pour 3 personnes) :

*3 petites courgettes

*3 œufs moyens

*10 cL de crème ou de crème allégée

*muscade, sel, poivre



Etape 1

Préchauffer votre four à 180°C.

Etape 2

Laver et couper les courgettes en rondelles et les faire cuire à l'eau pendant 15 min environ.

Etape 3

Répartir vos courgettes cuites au fond d'un plat à gratin ou d'un moule à tarte.

Etape 4

Battre les œufs en omelette, ajouter la muscade, 10 cl de crème fraîche, saler, poivrer et verser le mélange sur les courgettes.

Etape 5

Faire cuire 25 min jusqu'à ce que le dessus soit légèrement doré.

Si vous voulez agrémenter votre flan, vous pouvez aussi ajouter des **allumettes de jambon** et / ou saupoudrer le gratin d'un peu de **fromage râpé**.