

Flan du jardinier & légumes du soleil

Pour 6 personnes

Préparation : 10 min - Cuisson : 35 min

Ingrédients :

- 500g de légumes frais
(Courgettes, carottes, poivron jaune, tomates)
- 5 œufs
- 12cs de fromage blanc
- 1cs d'huile d'olive
- Sel & poivre



Ustensiles spécifiques : une sauteuse, un moule à cake et du papier sulfurisé

www.lesdelicesabelle.fr

Réalisation :

- Préchauffer le four à 180°C (th. 6).
- Faire revenir les légumes coupés en petits morceaux 5 min dans l'huile chaude.
- Saler et poivrer.
- Battre les œufs en omelette.
- Ajouter le fromage blanc et les légumes.
- Verser toute la préparation dans un moule à cake tapissé de papier sulfurisé.
- Enfourner pour 30 à 35 min.
- Laisser reposer 5 min hors du four avant de démouler.
- Servir chaud ou froid.

Bon appétit !