

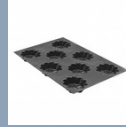
# Flans de carottes



8 Flans

🕒 Préparation : 15 min - Cuisson : 20 + 20 min

Moule utilisé : 8 Flocons de Guy Demarle



Mon blog : [www.lesdelicesabelle.fr](http://www.lesdelicesabelle.fr)

Mon Instagram : Les délices à Belle (Isabelle Chevrier)

## Ingrédients

- 350 g de carottes
- 150 g de Skyr  
ou fromage blanc
- 3 œufs
- 30 g de maïzena
- 1 cc de curry en poudre
- Sel et poivre
- 1cs de graines de sésame noir

## Réalisation

1. Couper les carottes en rondelles très fines.
2. Les faire cuire dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 20 min, jusqu'à ce qu'elles soient fondantes. Les égoutter.
3. Préchauffer le four à 180° et poser le moule sur la plaque aluminium perforée.
4. Mixer les carottes à l'aide du Tornado et les mettre dans un cul-de-poule.
5. Ajouter le Skyr, les oeufs, la maïzena et le curry.
6. Saler et poivrer. Mélanger le tout.
7. Répartir la préparation dans les moules.
8. Enfourner +/-20 min.
9. Démouler, parsemer de quelques graines de sésame noir et déguster.