



Flans de courgettes simples

Entrée



Végétarien

Très facile :

Bon marché :

Préparation : 1 h

Ingrédients :

- 1 kg de courgettes
- 6 oeufs
- 120 g de crème fraîche

Préparation :

Faire cuire les courgettes sans enlever la peau.
Battre les six oeufs en omelette.

Mixer les courgettes cuites. Mélanger les courgettes, les oeufs et la crème fraîche.

Mettre dans des ramequins, après les avoir enduits de beurre (environ 12 ramequins).

Faire cuire 30 mn au four thermostat 6 (180°C).

Votre avis
compte beaucoup
pour nous !

Je donne mon a

© Marmiton.org, 1999-2011

L'utilisation du site Marmiton implique l'acceptation des **Conditions Générales d'Utilisation**