

FLAN DE COURGETTES AU PARMESAN

POUR 8 PERSONNES

- 1kg de courgettes
- 4 œufs
- 100g de crème fraîche
- Sel poivre



Préchauffer le four à 150°.

Cuire les légumes coupés en rondelles à la vapeur ou à l'eau. Les écraser en purée et laisser bien égoutter.

Rajouter les œufs battus en omelette avec 40g de parmesan râpé. Cuire au bain marie pendant 25 mn.

Servir nature ou avec un coulis de tomate épicé.

On peut remplacer la crème par du Boursin ail et fines herbes ou par 500g de fromage blanc et rajouter de la menthe fraîche ciselée battue avec les œufs.

Servir avec des tuiles au parmesan.