

Flan de légumes

4 pers 05 mn

Les **ingrédients**

- 1 carotte
- 1 courgette
- 1 poivron rouge
- 1 oignon
- 1 c. à s. d'huile d'olive
- 1 branche de persil
- 35 g de gruyère râpé
- 200 g de crème fraîche épaisse
- 3 œufs
- 20 g de fécule de maïs
- Sel, poivre

La **recette**

Etape 1

Préchauffer votre four à 180°C.

Etape 2

Rincer, essuyer puis éplucher tous vos légumes. Les tailler en gros dés.
Les ajouter dans le bol, mixer.
Racler les parois à l'aide de la spatule.

Etape 3

Ajouter tous les autres ingrédients, mélanger.

Etape 4

Une fois la préparation homogène, la verser dans des ramequins individuels beurrés, puis enfourner vos flans pendant 35 min.
Il est préférable d'attendre quelques minutes avant de les démouler.