

# Flan de légumes

Ingrédients (pour 6 personnes :

- 1 courgette
- 1 tomate
- 1 poivron
- 10cL de crème fraîche épaisse
- 50g de farine
- 2 œufs
- 50g de comté râpé
- 1 échalote
- schizo et persil haché
- sel et poivre
- 350g de sauce tomates



Préchauffez le four à 180 °C.

Lavez les légumes et les couper les en petits dés.

Dans un saladier, délayez la farine avec la crème fraîche, les œufs entiers, le sel, le poivre, le comté râpé et l'échalote émincée.

Mélangez bien le tout et ajoutez en dernier les herbes ciselées très finement.

Remplir un moule à cake beurré et faire cuire 30 à 40 min à 180°C.

Se déguste tiède avec de la sauce tomate épaisse.

***Bon appétit !***



Le Potager des Rainettes  
Producteur de Légumes et Fruits Bio  
81220 VITERBE  
[mickmaraicher@laposte.net](mailto:mickmaraicher@laposte.net)  
06.77.09.69.42 / 06.60.98.15.60