

FLAN COURGETTE & FETA

Ingrédients :

- ✓ 1 grosse courgette
- ✓ 1 oignon rouge
- ✓ env. 10 tomates séchées à l'huile
- ✓ 200ml de crème végétale ou crème pour sauce / gratin
- ✓ 200g de feta
- ✓ 2 œufs
- ✓ sel / poivre / herbes aromatiques

Préparation :

1. Coupez la courgette en rondelles pas trop fines
2. Émincez l'oignon et les tomates séchées
3. Coupez la feta en carrés par trop petits pour éviter qu'elle ne s'émiette
4. Mélangez les œufs et la crème, puis assaisonner le mélange
5. Ajouter les courgettes, la feta, les oignons et les tomates séchées à la préparation de crème et mélanger le tout
6. Répartissez le mélange dans un plat à gratin
7. Enfournerez à 200°C chaleur tournante durant 35-40 minutes

REGALEZ-VOUS !

