



Flan de courgette au basilic

IRRÉSISTIBLE

Un goût d'été

Humm !



Végétarien

DÉLICIEUX

Flan de courgette au basilic

Lavez les courgettes et coupez-les en rondelles.

Epluchez les oignons et émincez-les.

Pressez les gousses d'ail.

Mettre un filet d'huile d'olive dans une poêle à feu vif et faites revenir les courgettes, les oignons et l'ail jusqu'à ce que les courgettes soient translucides.

Laissez refroidir le tout.

Dans un saladier, battez les oeufs, la farine et la crème fraîche. Ajoutez les feuilles de basilic finement ciselée, salez et poivrez.

Ajoutez les courgettes cuites. Versez le tout dans un grand plat à cake beurré ou plusieurs petits et placez au four préchauffé à 180°C pendant 45 minutes.

Laissez refroidir.

Bon appétit !



& Nous Paysans Bio

MES INGREDIENTS BIO ↙

4 courgettes

4 oignons

3 gousses d'ail

20cl de crème fraîche

4 oeufs

1 cas de farine

1 bouquet de basilic

20g de beurre

Huile d'olive

Sel

Poivre

