

Flan de courgettes et saumon fumé

Ingrédients

450 g de courgettes

3 œufs

20 cl de crème liquide

75 g de dés de saumon fumé (j'en ai mis 100 gr)

50 g de gruyère râpé (j'en ai mis 70 gr)

Poivre



Préchauffer votre four à 220°C

Faire cuire les courgettes coupées en morceaux à la vapeur environ 20 mn Les mixer grossièrement. Ajouter les œufs entiers et la crème, mixer à nouveau, ajouter le gruyère et les dés de saumon fumé. mélanger et poivrer. Verser la préparation dans le moule à cake en silicone. Cuire environ 20 mn (en fonction de votre four

