

Flan aux épinards



15' Temps de préparation

35' Temps de cuisson

Niveau Facile

Ingrédients

- 400 g d'épinards
- 3 oeufs
- 20 cl de lait
- 10 cl de crème liquide
- 2 c.a.s d'huile d'olive
- 30 g (ou plus selon les goûts) de copeaux de parmesan ou de tomme de chèvre
- 30 g de beurre
- quelques cerneaux de noix
- sel / poivre



1 Équeutez et rincez les épinards puis faites-les fondre dans une poêle avec 20 g de beurre. Réservez.

2 Préchauffez le four à 180°C (th.6). Dans un saladier, fouettez les œufs avec le lait et la crème. Salez, poivrez, ajoutez les copeaux de fromage et les épinards et mélangez.

3 Versez la préparation un moule beurré, répartissez les cerneaux de noix sur toute la surface. Enfouez pour environ 30 min. Laissez tiédir avant de démouler, puis servez chaud ou froid.

