

TERRINE DE BROCOLI

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

Facile	Coût faible
Préparation : 20 minutes	Cuisson : 55 minutes
Pour 4 personnes	1 saladier, 1 terrine

Ingrédients :

1 brocoli
2 oeufs + 1 jaune d'oeuf
15 cl de crème liquide
15 cl de lait
sel, poivre

Préparation :

- 1 - Laver et éplucher le brocoli. Le faire cuire 8 minutes dans l'eau bouillante salée.
- 2 - Le rafraîchir dans l'eau froide. Egoutter. Dans un saladier, mélanger le lait, la crème et les oeufs. Saler, poivrer.
- 3 - Préchauffer le four Th 7.
- 4 - Disposer le brocoli dans la terrine ou un moule à cake. Verser la préparation sur le brocoli. La faire cuire au four pendant 45 minutes.
- 5 - Servir avec un coulis de tomate.
- 6 - La terrine peut être confectionnée la veille. La couper en tranches au dernier moment. Se déguste tiède ou froide.