

FLAN DE POIREAUX ET CHAMPIGNONS

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

Facile	Coût faible
Préparation : 15 minutes	Cuisson : 35 minutes
Pour 4 personnes	1 sauteuse, 1 saladier, 1 moule à cake

Ingrédients :

4 blancs de poireaux
5 ou 6 champignons
1 ou 2 gousses d'ail (selon les goûts)
3 tranches de jambon
3 œufs
20 cl de lait
20 cl de crème
sel
poivre, muscade, ciboulette

Préparation :

- 1 - Préchauffer le four à 220°C (thermostat 7).
- 2 - Couper les poireaux en rondelles. Faire de même avec les champignons puis couper le jambon en dés.
- 3 - Faire ensuite revenir les poireaux, les champignons et le jambon dans une sauteuse.
- 4 - Presser les gousses d'ail dessus et mélanger. Faire revenir à feu doux environ 5 à 6 minutes.
- 5 - Mélanger les 3 œufs, la crème et le lait. Assaisonner selon les goûts avec sel, poivre, muscade et ciboulette.
- 6 - Ajouter la préparation poireaux, jambon et champignons et mélanger bien.
- 7 - Beurrer et fariner un moule à cake ou des petits plats individuels et y verser la préparation. Enfourner et laisser cuire 30 minutes.