



# Flan de courgettes



4



20 min



Facile

## Ingrédients



2 courgettes  
de taille moyenne



4 œufs



30cl de crème fraîche



15cl de lait



100g d'emmental rapé



1 cuillère à soupe  
de ciboulette ciselée



Sel et poivre

## Préparation

Étape 1 :

Coupez les courgettes en tout petit morceau puis les faire revenir à la poêle

Étape 2 :

Dans un saladier, fouettez les œufs puis ajoutez le lait, la crème, le sel, le poivre, l'emmental râpé et la ciboulette ciselée. Ajoutez ensuite les courgettes

Étape 3 :

Versez la préparation dans un ramequin puis cuire 30 à 45 min au four à 120 °c environ