

La recette de la semaine

Flan de chou-rave au chèvre

Pour 4 personnes :

2 choux raves + 4 œufs + 250 ml de lait ½ écrémé + 80 g de fromage de chèvre + noix de muscade + sel + poivre.

- Epluchez les choux-raves, coupez-les en dés et les faire cuire à la vapeur pendant 20 minutes environ.
- Ecrasez les choux-raves façon purée.
- Battez les œufs avec le lait, noix de muscade, sel et poivre.
- Ajoutez la purée de choux-raves.
- Dans un plat allant au four, versez le mélange « œufs » et purée de choux-raves.
- Déposez le fromage de chèvre coupé en dés ou en rondelles (selon le modèle de fromage choisi).
- Faites cuire au four, au bain marie, pendant 20 minutes environ.

