

# Flans de légumes



6 personnes



30 minutes



facile

## Ingrédients

### Pour la pâte :

- 2 oeufs
- 2 cuillères à soupe rases de farine
- 1/4 litre de lait
- 100 g de gruyère râpé
- 1 pincée de sel

### Pour la garniture :

- 1 oignon myen
- 2 courgettes
- 1 bouquet de thym
- sel, poivre

## Préparation

Allumez le four à 180°C (thermostat 6).

Émincez les oignons et faites-les revenir dans la poêle jusqu'à ce qu'ils soient cuits et bien dorés. Ajoutez les courgettes préalablement râpées et faites revenir jusqu'à ce qu'elles soient cuites, en mélangeant régulièrement. Ajoutez le thym à volonté en fonction de votre goût.

Dans un saladier, mettez les oeufs, la farine et le sel, ajoutez le lait et mélangez bien. Poivrez. Dans de petits ramequins, mettez le mélange courgettes/oignons/thym. Ajoutez le gruyère râpé puis versez la préparation oeufs/lait/farine.

Mettez au four pendant 15 à 20 minutes à 180°C. Servez tiède ou chaud avec une salade.

Variante :

Vous pouvez aussi ajouter quelques dés de jambon, des tomates, des olives noires, bref... tout ce qui vous tombe sous la main !