

Flan au brocoli

Ingrédients (pour 2):

100 gr de brocolis
1 œuf
50 ml de crème liquide
Sel
Poivre
Ciboulette

Préparation:

Faire cuire les brocolis 10 min dans un grand volume d'eau bouillante salée.
Egoutter et mixer les brocolis.
Ajouter l'œuf et la crème.
Verser la préparation dans des petits moules en silicone
Cuire au bain marie au four 25 min à 180°C

