

## Flans aux brocolis

### Ingrédients

500 gr de brocolis

100 ml de lait

100 ml de crème liquide

3 oeufs

gruyère râpé

sel/poivre

Faire cuire à la vapeur les brocolis

Mixer la moitié des brocolis avec les oeufs, le lait, la crème, le gruyère, sel et poivre

Répartir l'autre moitié des brocolis dans des ramequins beurrés (pour ma part j'ai utilisé ma plaque Demarle grands ronds soit 6 empreintes)

Verser sur les brocolis le mélange mixé

Cuire four chaud 200° environ 30 mn

