

Secret de Chef n° 5

# LE FLAN DE CAROTTE



# LE FLAN DE CAROTTE

Préparation : 15 minutes

Cuisson : 50 minutes

## Ingrédients (pour 6 personnes)

- 300 g de carottes épluchées
- 2 œufs
- 65 g de fromage blanc ou petit suisse
- 25 g de maïzena
- 13 cl de lait
- 45 gr de gruyère
- persil, sel, poivre et muscade

## PRÉPARATION DE LA RECETTE

Laver et tailler les carottes en cubes. Faites-les cuire dans de l'eau bouillante avec du sel. Les égoutter et les réduire en purée.

Fouetter les œufs avec le fromage blanc, la fécule, le gruyère, la muscade et le persil. Délayer avec le lait. Vérifier l'assaisonnement. Graisser les ramequins, y verser la préparation.

Cuire au bain marie pendant 50 min à 160°C. Démouler tiède.

## LE SECRET DU CHEF...

Prendre un torchon pour démouler. Risque de brûlures !