



Entrées chaudes au fromage

Flans au parmesan et pistou



50 min 10 min 40 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

379

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Pour le flan au parmesan et pistou

4 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
120 g **Parmesan**
1 unité(s) entière(s)
Jaune(s) d'oeuf
20 cl **Crème liquide (fleurette)**
2 **Gousse(s) d'ail**
5 branche(s) **Basilic**
1 **Sel**
1 **Poivre**
1 **Beurre**
1 **Farine**

Étape 1

Préparations des flans au parmesan et pistou

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Beurrer et fariner les ramequins.
- 3 Râper le parmesan au dessus d'un bol. Réserver.
- 4 A l'aide d'un couteau d'office, éplucher et dégermer les gousses d'ail. A l'aide d'un presse-ail, réduire les gousses en purée. Réserver dans un bol.
- 5 A l'aide des ciseaux, ciseler grossièrement les feuilles de basilic.
- 6 Dans un saladier, casser les oeufs entiers et ajouter les jaunes. Mélanger à l'aide d'un fouet.
- 7 Ajouter la crème, le parmesan râpé, la purée d'ail et le basilic ciselé. Assaisonner de sel et de poivre puis mélanger.
- 8 Remplir chaque ramequin au 2/3 avec la préparation.
- 9 Faire cuire au four pendant 30 à 45 minutes selon la puissance du four.

Étape 2

Dressage des flans au parmesan et au pistou

Démouler les flans dans les assiettes de dressage et

- 1 décorer de feuilles de basilic fraîches.
- 2 Servir chauds ou froids accompagnés d'une salade.