

Clafoutis brocolis et carottes

Ingrédients pour 4 personnes

200 g de bouquets de brocoli

100 g de carottes

150 g de gruyère (ou comté)

3 oeufs

250 ml de lait

250 ml de crème liquide semi-épaisse

10 g de maïzena

muscade (facultatif)

sel, poivre

Progression

Peler et couper les carottes en rondelles. Faire cuire les bouquets de brocoli et les rondelles de carottes 15 min, à la vapeur ou dans de l'eau salée. Les égoutter dans un saladier en fin de cuisson.

Fouetter le lait avec la crème semi-épaisse, les oeufs entiers, sel, poivre et une pincée de muscade.

Ajouter la maïzena diluée dans une c. à soupe d'eau. Couper le gruyère en petits dés.

Préchauffer le four à th.8 (240°C).

Répartir les brocolis et les dés de gruyère un plat beurré. Verser l'appareil.

Enfourner et faire cuire 35 min.