



Timbale de brocoli

INGRÉDIENTS

- 3 cuillères de crème fraîche
- 1 oignon émincé
- muscade
- poivre
- sel
- beurre
- 400 g de brocoli en fleurettes
- 1 œuf plus 1 jaune d'œuf

Temps de préparation : 20mn

Temps de cuisson : 25mn

Temps total : 45mn

PRÉPARATION

Préchauffer le four à 180°C .

Beurrer légèrement 4 ramequins.

Cuire les brocolis jusqu'à ce qu'il soit très tendres.

Écraser les brocolis et mélanger avec la crème et les œufs.

Ajouter l'oignon, le sel et le poivre.

Le mélange doit être bien homogène.

Mettre le mélange dans les ramequins et cuire 25 mn.