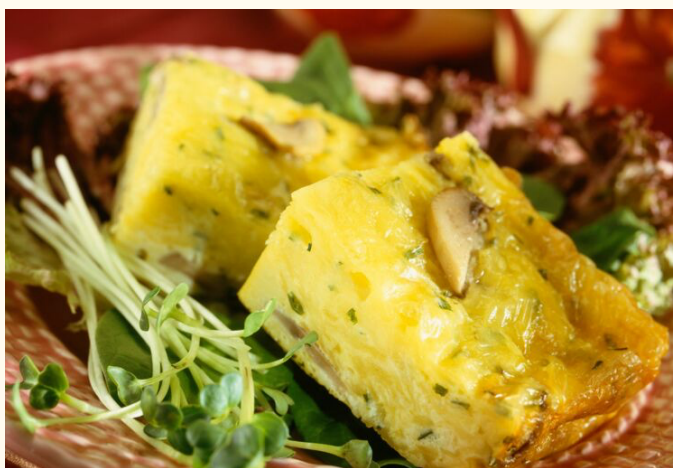


FLAN SALÉ

INSTRUCTIONS :

Un repas facile et idéal les journées d'activité peu intensives

A Déguster avec une salade verte



Liste des courses

Instructions pour deux personnes

1. Faites revenir les champignons et les poireaux
2. Laissez réduire et ajoutez le lait, la crème et les oeufs
3. Assaisonnez et mélangez le tout
4. Enfourez dans un plat à cake pendant 40 min à 200°

Ingrédients	Requis	Quantité
Poireaux	<input checked="" type="checkbox"/>	2
Champignons	<input checked="" type="checkbox"/>	150gr
Lait	<input checked="" type="checkbox"/>	20cl
Crème	<input checked="" type="checkbox"/>	20cl
Oeufs	<input checked="" type="checkbox"/>	3