

Clafoutis aux légumes

pour 10 clafoutis

Garniture :

Topinambour : 250 g

Blette 150 g

Carotte : 300 g

Appareil À Clafoutis:

Farine 70 g

Poudre d'amandes 80 g

Levure Chimique 10 g

Oeufs : 4

Crème Liquide : 25 cL (la recette d'origine disait 45 cL plus 100 g de beurre !)

Parmesan ou Fromage Râpé (facultatif)

Ciboulette : 1/4 de botte

Sel/Poivre/Noix De Muscade

Éplucher et tailler en bâtonnets les légumes

Cuire les légumes à l'anglaise (eau bouillante salée) ou à la vapeur puis les laisser refroidir après cuisson.

Réaliser l'appareil à clafoutis. Mélanger la farine avec la poudre d'amandes et la levure chimique puis ajouter les oeufs (battus en omelette), la crème liquide, le parmesan, la ciboulette. Assaisonner de sel, poivre et la noix de muscade.

Graisser et fariner les moules, garnir à moitié d'appareil puis d'un beau bouquet de légumes et laisser dépasser façon hérisson.

Cuire au four à 170°C durant 10 mm puis à 150 °C durant 15 mm.