

## FLANS DE POTIMARRON



### Ingrédients pour 6 grands ronds :

- un potimarron de taille moyenne,
- 3 gros oeufs,
- 2 cuillères à café de maïzena,
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse,
- 15grs de beurre fondu
- 20 à 30grs de gruyère râpé (selon les goûts)
- du cumin, du curry, de la muscade (selon vos goûts, les épices sont laissées au choix)

### Préparation :

- Préchauffer le four à 180°C.
- J'aurais pu faire cuire le potimarron avec la peau (car je ne l'ai jamais fait encore) mais je l'ai d'abord épluché et coupé en morceaux.
- Mettre de l'eau à bouillir avec une ou deux pincées de cumin. Dès ébullition, mettre les morceaux de potimarron et laisser cuire environ 15 à 20 minutes. Verser les morceaux de potimarron dans une passoire et les y laisser pendant 30 minutes, pour qu'ils s'égouttent bien.
- Ecraser les potimarrons avec un presse-purée et mettre le beurre fondu dedans. Ajouter alors les 3 oeufs battus en omelette, la crème fraîche, la maïzena, le gruyère et terminer par les épices.
- Mettre dans les empreintes grands ronds et enfourner pour environ 30 minutes.
- Déguster dès la sortie du four.

[Blog « Le lutrin dans ma cuisine »](#)