

## FLAN DE COURGE MUSCADE



**INGREDIENTS :** (flan pour 2 petits plats ou 18 petites portions )

- 500 g de courge muscade (orange)
- 150 gr de sucre roux en poudre
- 1 pointe de cannelle en poudre
- 300 ml de lait
- 20 cl de crème fraîche à 35% de MG
- 1 zeste de citron
- 3 œufs
- 20 gr de beurre pour les petits plats
- 1/4 de cuillère à café de sel
- 60 gr de Farine.

**PREPARATION :**

- Préchauffer votre four Th 6 ( 180° )
- Faire cuire le potiron coupés en cubes dans une casserole avec le lait, la crème fraîche, les 3/4 du zeste de citron et un sachet de sucre vanillé.
- Porter à ébullition et cuire pendant 20 minutes, puis écraser le potiron au presse-purée.
- Mélanger la farine, le sucre, la cannelle en poudre et le dernier quart du zeste de citron avec les 3 œufs entiers battus.
- Verser cette préparation dans la purée de courge et mélanger.
- Préparer vos petits plats en les beurrant ou disposer vos empreintes sur la plaque perforée.
- Verser la préparation sur environ 1 cm d'épaisseur dans le plat beurré si vous le mettez dans des petits plats, sinon remplir les empreintes sans les beurrer
- Mettre à cuire à four chaud pendant 20 minutes.
- Laisser refroidir.

**Astuces :**

- Au moment de servir, parsemez d'un nuage de sucre glace et de cannelle.
- Conserver au Réfrigérateur, si vous ne les consommez pas tout de suite.