

## PETITS FLANS JAMBON TOMATES SECHEES AUX BOUCHEES

### AIL ET FINES HERBES

( aux becs sucrés salés )

#### Ingrédients pour 4 ramequins :

- 1 oeuf
- 2 càs de crème fraîche épaisse allégée
- 2 verres de lait ( type verre à moutarde )
- 1/3 verre de semoule fine de blé dur
- 70 g de gruyère râpé
- 2 tranches de jambon blanc
- 5 tranches de tomates séchées à l'huile d'olive
- 2 càs d'huile d'olive
- 12 bouchées fromagères ail et fines herbes
- sel, poivre, basilic, ciboulette
- une pincée de piment d'espelette

Huiler chaque ramequin et déposer un cercle de papier sulfurisé au fond de chaque moule pour faciliter le démoulage.

Dans un saladier, battre l'oeuf en omelette. Ajouter la crème fraîche, le lait, la semoule. Bien mélanger et ajouter le gruyère, le jambon coupé en morceaux, les tomates en petits dés, l'huile d'olive ainsi que le sel, poivre, basilic, ciboulette et piment d'espelette,

Déposer sur le dessus 3 bouchées ail et fines herbes.

Mettre dans un plat allant au four et remplir d'eau chaude jusqu'à moitié des ramequins.

Faire cuire au bain marie dans un four th.6. pendant environ 35 min.

Passer la pointe d'un couteau tout autour des ramequins, démouler. Retourner pour avoir la face dorée sur le dessus ( c'est plus joli ) et servir chauds accompagnés d'une salade.

