

## FLAN DE THON A LA PROVENCALE



### Ingrédients pour 4 personnes :

- \* 2 oignons
- \* 2 gousses d'ail
- \* 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- \* 4 belles tomates mûres mais fermes
- \* 1 branche de thym (j'ai mis du thym en poudre)
- \* 1 boîte de thon à l'huile de 160g
- \* 5 oeufs
- \* sel, poivre

*J'ai ajouté une cuillerée à soupe de crème fraîche et une pincée de basilic*

Préparation : 15 mn

Cuisson : 45 mn

Pelez les oignons et les gousses d'ail, hachez-les finement. Dans une poêle faites chauffer l'huile d'olive, faites-y revenir les oignons jusqu'à ce qu'ils deviennent transparents.

Plongez les tomates dans de l'eau bouillante pendant quelques minutes, égouttez-les, coupez-les en deux, épépinez-les et coupez-les en petits dés. Ajoutez les dés de tomates aux oignons, mélangez-les et laissez épaissir. Ajoutez ensuite l'ail, le thym émietté, salez, poivrez et laissez mijoter.

Egouttez le thon, effeuillez-le avec une fourchette.

Allumez le four à 200°. Beurrez un moule à cake pas trop grand.

Battez les oeufs en omelette, ajoutez le "coulis" de tomates, le thon, mélangez.

Versez la préparation dans un moule à cake et laissez cuire pendant 45 mn environ (j'ai réglé le four à 200° pendant 20 mn et ensuite à 180°)

Lorsque le flan est légèrement croustillant, sortez-le du four, piquez-le avec une aiguille à tricoter ou la pointe d'un couteau qui doit ressortir sèche.

Coupez de belles parts et servez-le chaud, tiède ou froid avec une tapenade, une anchoïade ou un coulis de tomates.