

# Flan aux asperges

## Ingrédients pour 6 personnes :

4 oeufs  
200 g d'asperges  
20 g de parmesan  
100 g de ricotta  
Sel, poivre  
1 cuillère à soupe d'huile d'olive

## Préparation :

Peler et couper les asperges en julienne de 1,5 centimètre.  
Faire chauffer l'huile dans une sauteuse, y faire revenir les asperges à feu moyen 20 minutes.  
Laisser refroidir.  
Dans un saladier, battre les oeufs, incorporer le parmesan et la ricotta, ajuster l'assaisonnement, ajouter les asperges.  
Verser dans des moules individuels en silicone.  
Mettre dans le four, préchauffé à 150° pendant 50 minutes.  
Servir froid.

<http://deliceyes.over-blog.org/75-index.html>