

# Flans de courgettes

## Ingrédients pour 6 personnes :

500 g de courgettes  
1 oignon frais  
150 g de chèvre frais  
4 oeufs  
Sel, poivre  
1 cuillère à soupe d'huile d'olive

## Préparation :

Laver et couper les courgettes en tranches fines, faire de même avec l'oignon.  
Mettre l'huile dans une sauteuse, ajouter la légumes. Les faire cuire 30 minutes à feu moyen.  
Battre les oeufs avec le fromage, ajouter les légumes cuits, le sel et le poivre.  
Verser dans des moules individuels.  
Mettre dans le four préchauffé à 150°, pendant 50 minutes.  
Déguster froid.

<http://deliceyes.over-blog.org/>