

Fleurs de salade

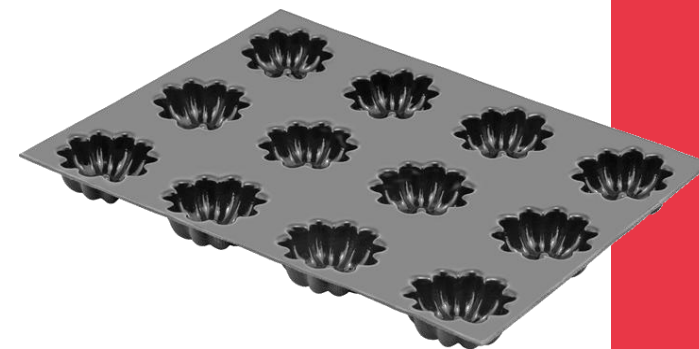
FLEXIPAN®Origine
Moule 12 FLEURS

Vous n'aimez pas le gaspillage alimentaire ?

Cette recette est pour vous, elle vous permet de consommer de la salade « fatiguée » plus aussi craquante mais bonne comme disait ma maman.

Ingrédients pour 12 fleurs:

- 180 g de salades cuites à la vapeur
- 3 gros œufs ou 4 petits
- 180 g de crème entière liquide 35%MG
- du poivre 5 baies
- du sel fin de Guérande
- 2 c.à.c d'ail semoule déshydraté
- 15 g de farine T55 ou T45
- 35 g de parmesan ou fromage râpé






Préparation :

Cuire au préalable la salade à la vapeur (comme les épinards et laisser bien égoutter et refroidir). Préchauffer le four à 160°C. Placer le moule sur la plaque alu perforée. Verser tous les ingrédients dans le bol et mixer par **4 Tours – fonction Turbo**. (turbo pour éviter que la salade ne se coince dans les lames)

POUR LA CUISSON

Verser dans les 12 fleurs. Enfourner pour 20 à 25 minutes (selon four)

Accessoire(s)	Ingrédient(s)				TURBO/PETRIN
	Tous les ingrédients	4 Tours			TURBO

Suggestion :

Se déguste aussi bien chaud que froid :

- En version chaude : s'accompagne bien d'une sauce tomate aux oignons
- En version froide : s'accompagne bien d'une vinaigrette épaisse ou d'une mayonnaise ou de ketchup ou sauce BBQ (pour les enfants)

Autour de ma table <http://www.autourdematable.com/>