

Flores de brécol en flan



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Monónimo **Recetizador:** mailo



Tiempo: 1h y 15min

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Vegetariana

Otros: Cocina Casera

Coste: Medio

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 250 g de brécol
- 2 puerros
- 2 tomates
- 80 g de mantequilla
- 3 huevos
- 200 g de queso Quark
- 75 g de queso Gruyère rallado
- Sal y pimienta
- 140 ml de salsa holandesa

Preparación:

Paso 1

Lavar el brécol y cocer al vapor hasta que esté tierno; reservar. Limpiar y cortar en juliana los puerros. A continuación, pelar, trocear y triturar los tomates. Estofar los puerros con la mantequilla; cuando estén transparentes, añadir el brécol y saltear unos minutos a fuego medio. Precalentar el horno a 180° C. Batir en un recipiente los huevos, salpimentar y mezclar con el queso Quark (queso fresco alemán), el Gruyère y los tomates. Engrasar cuatro moldes individuales, repartir en cada uno el estofado de verduras y cubrir con la preparación de queso y huevo. Hornear al baño María 30 ó 40 min. Regar con la salsa.