FLAN DE ESPINACAS AL PARMESANO

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

Creador: Flor Roja **Recetizador:** Andrea Coll

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Moderna
Coste: Económico

El truco de esta receta:
Algunas veces les añado piñones o pasas.

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 3 manojos de espinacas frescas (o un paquete de congeladas),
- 6 huevos,
- 1 cucharada de maicena
- , 200 ml de leche (normal o semi),
- 100 gramos de parmesano molido
- sal, pimienta, nuez moscada,
- 1 cucharada de aceite de oliva virgen extra

Preparación:

Paso 1

Limpiar bien las espinacas, quitar todas las que estén feas y cortarlas en trozos, lavarlas en abundante agua unas tres veces, escurrir bien. En una sartén amplia poner un poco de aceite de oliva a calentar, cuando esté caliente poner las espinacas y un poco de sal, dejar hacer hasta que pierdan toda el agua. Triturar las espinacas y reservar (rectificar de sal).

Paso 2

Batir los huevos con un poco de sal, pimienta y nuez moscada, añadir la cucharada de maicena y mezclar bien, añadir la leche, las espinacas que teníamos reservadas y el queso parmesano, mezclar con una espátula hasta que todo esté homogéneo. Untar un molde con un poco de aceite cocer en el horno al baño María durante aprox. 45 minutos, hasta que al pinchar salga limpio (horno precalentado a 180º circulación y calor abajo). Esperar a que se enfríe para desmoldar. Se puede comer natural o tibio .