

# FLAN DE COURGETTES



PRIX RIKIKI

GEMRCN

# TADAAM!

## INGRÉDIENTS pour 5kg de TADAAM!

- ✂ 5 kg TADAAM! Cake salé
- ✂ 12,5 kg Oeufs
- ✂ 12,5 kg Lait
- ✂ 0,6 kg Ail
- ✂ 3 kg Emmental râpé
- ✂ 6 kg Oignons
- ✂ 50 kg Courgettes



## RECETTE

- ✂ Préchauffer le four à 180°C.
- ✂ Laver et couper les courgettes en dés. Emincer les oignons et l'ail.
- ✂ Faire revenir à la poêle les courgettes, les oignons et l'ail avec un peu d'huile.
- ✂ Ajouter un peu d'herbes de Provence et du sel. Laisser cuire jusqu'à ce que les courgettes soient tendres. Puis, laisser égoutter dans une passoire.
- ✂ Au batteur avec le fouet, mélanger les œufs, le lait et TADAAM! ensemble jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
- ✂ Ajouter l'emmental râpé et les courgettes égouttées.
- ✂ Graisser les moules et disposer une couche d'appareil de 4-5 cm d'épaisseur.
- ✂ Cuire à 170°C en chaleur sèche (Adapter les temps de cuisson selon le four) :  
Format cake ou bac gastro GN 1/1 : 45 min

## RENDEMENTS / sac de 5 kg de TADAAM!

- ✂ 5kg de TADAAM = 90kg de produit fini
- ✂ 2260 portions de 40g
- ✂ 1505 portions de 60g
- ✂ 1130 portions de 80g

### POUR RÉUSSIR A TOUS LES COUPS

**Conservation** : + 3°C / 3 jours / Protéger hermétiquement

**Refroidissement** : à l'air libre 1H30 (Préferer à la cellule de refroidissement)

Pas de panique, le flan ne gonfle pas beaucoup.

Vous pouvez remplacer les herbes de Provence par un autre assaisonnement.

Pour 1 gain de temps, ajouter les légumes crus !



[www.kollectou.com](http://www.kollectou.com)

Pour+ de recettes, rdv sur l'espace pro ET inscrivez vous à la newsletter !