

FLAN CAROTTES, COURGETTES ET MUSCADE



PRIX RIKIKI

VEGETARIEN

TADAAM!

INGRÉDIENTS pour 1kg de TADAAM!

- ✗ 1 kg TADAAM! Cake salé
- ✗ 1,4 kg Oeufs
- ✗ 5,8 kg Crème
- ✗ 1,1 kg Emmental râpé
- ✗ 2,9 kg Carottes
- ✗ 2,8 kg Courgettes
- ✗ 0,04 kg Muscade



RECETTE

- ✗ Préchauffer le four à 180°C.
- ✗ Eplucher et râper les carottes et les courgettes.
- ✗ Au batteur avec le fouet, mélanger les œufs, la crème et TADAAM! ensemble jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
- ✗ Ajouter l'emmental râpé, les carottes, les courgettes, la muscade et une pincée de sel en même temps et incorporer le tout à la pâte.
- ✗ Graisser les moules et disposer une couche d'appareil de 4 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 : 40 min
 - Format individuels : 25 min

RENDEMENTS / sac de 1 kg de TADAAM!

- ✗ 1kg de TADAAM = 15kg de produit fini
- ✗ 380 portions de 40g
- ✗ 255 portions de 60g
- ✗ 190 portions de 80g

POUR RÉUSSIR A TOUS LES COUPS

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

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

Pas de panique, le flan ne gonfle pas beaucoup.

Si les courgettes sont BIO, gardez la peau.

Vous pouvez remplacer la muscade par une autre épice !



www.kollectou.com

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