



Clafoutis de légumes du soleil

avec Boursin® Cuisine Ail & Fines Herbes

●●● Ingrédients pour 70 enfants ou 50 ados

- 7,5 kg de mélange de légumes méditerranéens
- 20 œufs
- 1,5 kg de Boursin® Cuisine Ail & Fines Herbes
- 1,5 l de lait
- 250 g de fécule de maïs
- 20 cl d'huile d'olive
- 25 g de levure
- Sel fin, muscade



PRÉPARATION : 10 MINUTES

CUISSON : 45 À 50 MINUTES

●●● Progression de la recette

- Préchauffer le four à 170°C.
- Suer le mélange de légumes dans l'huile d'olive pendant 5 min.
- Casser les œufs dans un grand récipient.
- Mélanger en ajoutant la levure, la fécule de maïs, Boursin® Cuisine Ail & Fines Herbes, le lait, la muscade et du sel si besoin.
- Répartir les légumes dans des plaques GN1 ou des ramequins individuels, puis recouvrir les légumes de l'appareil à clafoutis.
- Cuire au four pendant 40 à 45 minutes.



Adaptez cette recette selon les légumes de saison, comme par exemple des courgettes, panais, poireaux ou céleris raves.

●●● Valeurs nutritionnelles

	Valeurs nutritionnelles / Portion	
	enfants	ados
Énergie	718 KJ 172,5 Kcal	1005,2 KJ 241,5 Kcal
Protéines	5,2 g	7,2 g
Lipides	11,5 g	16,1 g
Glucides	10,6 g	14,9 g
Calcium	25,1 mg	35,1 g

Le + produit

Boursin® Cuisine Ail & Fines Herbes va relever le goût des légumes méditerranéens et donner du moelleux au clafoutis.