

## Cake aux légumes

ou Flan de légumes (façon Chantal)



- **Préparer** environ 200 g de courgettes + 100 g de poivrons, en petits cubes + 250 g de carottes, râpées.
- **Faire dorer** un oignon à la poêle et y faire suer ensuite à couvert tous les légumes pendant 10-15 mn après y avoir ajouté sel, poivre, épices à volonté selon son gout. Laisser refroidir si on a le temps...
- **Battre** 2 œufs + 200 ml de crème de Soja à cuisiner (en briquette) On peut remplacer le soja par de la crème fraîche ou tout autre produit lacté ou même végétal + 2 C à S de maizéna ou tout autre farine de son choix.
- **Incorporer** cette préparation aux légumes refroidis. (En facultatif, on peut y ajouter 80 g de gruyère râpé ou même de la féta en petits cubes, moi j'y mets du soja nature ou fumé.
- **Mettre** le tout à cuire dans un moule à cake, à four chaud, Th. 6 ou 180°, pendant 40 mn environ.

**Bonne dégustation,**