

# FLAN EPINARDS ET SAUMON



**Pour 6 personnes**

**Ingrédients :**

**300 g de saumon frais**

**3 tranches de saumon fumé**

**200 g de fromage blanc épais**

**150 g de crème fraîche épaisse**

**6 œufs**

**450 g d'épinards surgelés hachés**

**30 cl de lait**

**Décongeler les épinards. Les faire cuire si besoin et bien les égoutter.**

**Couper le pavé de saumon en petits cubes et le saumon fumé en dés**

**Battre les œufs avec le fromage blanc et la crème. Verser le lait et continuer de battre. Saler et poivrer. Ajouter les épinards et les cubes de poisson.**

**Répartir la préparation dans des ramequins beurrés ou un plat à gratin.**

**Faire cuire au four à 180° pendant 30 minutes. (20 minutes pour des ramequins).**