

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Flan di spinaci

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **media** PREPARAZIONE: **40 min** COTTURA: **150 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



INGREDIENTI

5 uova
5 cucchiaini di farina
5 bicchieri di latte
100 g di parmigiano grattugiato
100 g di burro
500 g di spinaci surgelati
sale.

PREPARAZIONE



- 2** In una casseruola mettete la farina e stemperate con il latte, mescolare con una frusta a mano per non formare grumi, mettete sul fuoco e aggiungete il burro, senza smettere di mescolare fate addensare la besciamella.



- 3** Togliete dal fuoco e aggiungete il parmigiano e fate raffreddare.

Quando è completamente freddo unite le uova con il sale.



4 E mescolare.



5 Dividete il composto in due ciotole.

Fate lessare gli spinaci, strizzateli e fateli rosolare in una padella fino a quando sono asciutti , metteteli nel mixer e frullare.

Aggiungete gli spinaci in una ciotola con la crema.



6 E mescolare bene.

Imburrare uno stampo a ciambella e cospargete con pangrattato.

Coprite la base con la crema con gli spinaci.



7 Sopra mettete la crema semplice.



8 Infrnare a 160°C per 1 ora e 40 minuti.



9 Potete anche preparare delle monoporzioni seguendo le stesse indicazioni ma infornate per 40 minuti circa.

