

SECONDI PIATTI

Flan de baudroie

LUOGO: [Europa](#) / [Francia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [60 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

RANA PESCATRICE 1 kg

POMODORI 1 kg

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiaini da tavola

UOVA 8

SALE

Fare il **flan de baudroie** non è molto difficile, ma di certo fare questa pietanza vi farà fare una figura eccezionale! Il suo sapore è particolare, delicato ma preciso, ben strutturato e perfetto da presentare durante una cena di pesce. Il flan può essere servito a fette oppure perché no, si possono realizzare tante monoporzioni da servire poi a ciascun commensale. Ecco come fare questa ricetta nel migliore dei modi, provatela e vedrete!

Se siete poi alla ricerca di altri flan, vi invitiamo a provare anche quello di [spinaci con salsa al parmigiano](#): buonissimo!

PREPARAZIONE

- 1 Per fare il flan de baudroie, per prima cosa tagliate il pesce in grossi tranci e cuoceteli per 30 minuti in acqua a leggerissimo bollore.



- 2 Intanto pelate e liberate dei semi i pomodori e cuoceteli in un po' d'olio d'oliva finché sono ridotti a una purea densa.



- 3 Tagliate il pesce in piccoli pezzi, mescolateli al pomodoro.



4 Unite le uova, mescolate bene.



5 Versate il composto in uno stampo imburrato o oleato, e cuocete per 30 minuti, a bagno maria, in forno moderatamente caldo (210°C).



6 Sformate il flan de baudroie e lasciate raffreddare prima di servire.

CONSIGLIO

Come faccio a cuocere a bagnomaria in forno?

Metti la pirofila in una teglia dai bordi alti e riempi per metà di acqua.

Potrei mangiarla anche il giorno dopo?

Sì, conserva in frigorifero.