



FLAN DE BERROS Y ESPINACAS CON QUESO

Ingredientes:

- 30 gr mantequilla
- 2 piezas de cebolla cambray picadas finamente
- 1 manojo de berros
- 1 manojo de espinacas
- 1 taza de crema ácida (250 ml)
- 5 piezas de huevo
- ½ cucharadita de sal
- 100 g queso de cabra
- Moldes para flan engrasados ligeramente

Para las verduras:

- 200 gr calabacita italiana rebanada
- Agua la necesaria
- Sal al gusto
- Hielo

Para la decoración:

- 1 pimiento rojo
- 1 cucharada de aceite
- ¼ manojo de berros

Horno precalentado a 200°C

Procedimiento:

1. Precaliente el horno a 200 °C.
2. Calienta la mantequilla y acitrona la cebolla hasta que tome un color transparente, incorpora los berros y la espinaca.
3. Revuelve la crema con los huevos y las sal, añade el queso y mezcla hasta integrar. Agrega la preparación de los berros y espinacas e incorpora de forma envolvente.
4. Vacía esta preparación a los moldes y hornea durante 45 minutos o hasta que estén bien cocidos.
5. Retira, deja enfriar y mantén a temperatura ambiente.

-
6. Hierve el agua en una olla y añade un poco de sal, agrega las calabazas y cuece durante 1 minuto. Retíralas y colócalas en un recipiente con agua y hielo. Reserva.
 7. Corta el pimiento en tiras delgadas y saltéalo con un poco de mantequilla sobre una sartén. Reserva.
 8. Coloca sobre un plato las rebanadas de calabaza, posteriormente desmolda un flan y ponlo sobre éstas. Decora con un poco de pimiento asado y berros.

Tiempo de preparación:	25 minutos
Tiempo de Horneado:	30 minutos
Grado de dificultad:	Medio
Porciones:	4