

Creador: bertodu



Tiempo: 1 hora

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Moderna

Coste: Económico

El truco de esta receta:

cuanto más frío mejor, se puede hacer la víspera y dejar en la nevera

Descripción:

queda muy suave y esponjoso, la berenjena es diurética, y es algo indigesta, pero así se comen muy bien

Ingredientes para 3 personas :

- 2 berenjenas medianas
- 3 cucharadas de pan rallado
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 3 huevos
- nata líquida un brik pequeño
- 1 vaso de leche
- una pizca de albahaca
- una pizca de sal
- mantequilla para forrar los moldes

Preparación:

Paso 1

preparar los ingredientes, calentar el horno a 180°, de mientras lavar las berenjenas y secarlas, pelarlas

Paso 2

partirlas en láminas finas y ponerlas en un bol con agua y sal 10 minutos para que quiten el amargor, escurirlas

Paso 3

mientras se escurren poner en una cazuela las 3 cucharadas de aceite de oliva a calentar, cuando esté caliente echar las berenjenas y pocharlas a fuego lento 10 minutos

Paso 4

mientras se pochan las berenjenas, en un bol poner los 3 huevos , la pizca de sal, la nata y la pizca de albahaca, batirlo con la batidora, añadir el vaso de leche y el pan rallado .

Paso 5

echar la berenjena a la mezcla anterior y volver a batir hasta que queda una crema espumosa

Paso 6

huntar 3 moldes individuales que puedan meterse en el horno con mantequilla o margarina y meter al horno que previamente habíamos calentado y llenado la bandeja del horno para hacer los flanes al baño maría, 40 minutos.

Paso 7

comprobar con el cuchillo para ver si está cuajado y sacarlo del horno, dejar enfriar completamente y desmoldar, adornar con una rejilla echa con la piel de berenjena, se puede acompañar con salsa de tomate o ensalada o simplemente tomarlos así