

# ressò mont-rogenç

## FLAM DE VERDURES

... Abdón Zaragoza

21-03-2020

### **Ingredients:** Per a 4 persones

- 6 ous
- ½ litre de llet
- sal
- pebre
- nou moscada
- 1 carabassó
- 1 pastanaga
- 4 o 5 xampinyons
- 1 porro

### **Elaboració:**

Es trinxen les verdures petites i es salten uns minuts en una paella amb oli. Es posen al pot de la batedora amb la resta d'ingredients. S'aboca tot en un motlle de flam allargat i es cou al forn, o al bany maria, ¾ d'hora a 160°C.

### **Riscos:**

La cocció al bany maria s'ha de respectar al màxim de lentitud, sinó, els flams resulten eixuts i insípidos.

### **Presentació:**

A talls, en una plàtera acompanyat de salsa de tomaca o verdures fresques.

### **Lloc que ocupa:**

Com a primer plat o com a component d'un àpat variat amb diversitat de coses, on un va agafant allò que li fa més goig.

*(Ressò 53, pàg.37)*

