

**Timbales de brocolis**

[](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2020/01/timbales-de-brocolis-p1140721-r.jpg) **Pour 6 Timbales de brocolis**

**- 400 g de fleurettes de** [**brocolis**](https://recettes.de/brocolis)  
**- 2 échalotes**  
**- 40 g de crème fraîche**  
**- 2 œufs**  
**- 30 g de** [**parmesan**](https://recettes.de/parmesan)  
**- noix de muscade**  
**- sel & poivre du moulin  
- huile d'olive**

**Empreintes à briochettes ou à muffins, beurrées si non en silicone**  
**Préchauffage du four à 180°C** [Position four chaleur tournante _png](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2014/01/Position-four-chaleur-tournante-_png.jpg)

Faire cuire les brocolis à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'ils soient très tendres.  
Les égoutter et les laisser refroidir.  
Éplucher et émincer finement les échalotes.  
Les laisser "[**suer**](http://croquantfondantgourmand.com/petit-lexique-de-termes-culinaires/)" sans coloration dans une cuillerée d'huile.  
Mettre dans le bol du mixeur les brocolis, les échalotes, la crème, les œufs et le parmesan.  
Mixer, saler, poivrer et ajouter une bonne pincée de muscade.  
Mixer encore pour obtenir une purée fine.  
Répartir la préparation dans les empreintes.  
Enfourner pour 25 à 30 minutes.  
Laisser tiédir un peu avant de démouler avec précaution.  
Servir tiède.