 **Flans de légumes aux épices**

 **Pour 4 Croquants-Gourmands**

**- 2 petites courgettes  
- 4 petites tomates  
- 1 gousse d'ail  
- 3 œufs  
- 140 g de crème fraîche  
- 1 càc d'herbes de Provence  
- ¼ de càc de curry  
- muscade râpée  
- sel & poivre du moulin  
- huile d'olive**

**4 petits plats à gratin  
Préchauffage du four à 190°C (chaleur tournante)**

Frotter les plats à gratin avec la pointe de la gousse d'ail et les huiler au pinceau.  
Peler les tomates, les épépiner et couper chacune en 8 lamelles.  
Laver les courgettes sans les éplucher et les tailler en rondelles fines à la mandoline.  
Disposer les rondelles de courgettes en corolles dans le fond des plats.  
Décorer de lamelles de tomate.  
Enfourner pendant 10 minutes.  
Pendant ce temps, fouetter les œufs avec la crème, la gousse d'ail pressée, le curry, la muscade et les herbes de Provence.  
Saler ([**sel aux herbes**](http://croquantfondantgourmand.com/sel-aux-herbes/) pour moi) et poivrer.  
Sortir les plats du four et répartir la préparation aux œufs sur les légumes.  
Enfourner de nouveau pour 15 minutes.  
Servir chaud.