



## FLAN DE ESPINACAS

### INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 400 g de espinacas
- 3 unidades de huevo
- 200 ml de nata
- 10 g de mantequilla
- pimienta
- nuez moscada
- sal

### LA PREPARACIÓN

- Batir las espinacas limpias con los huevos y la nata hasta conseguir una crema. Salpimentar y añadir una pizca de nuez moscada.
- Poner la mezcla en un molde / flanera, previamente untado con mantequilla. Cuajar en el horno al baño maría.
- Desmoldar y servir.



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 3.3 g	Grasas 24 g
Kcal 268	Proteínas 9 g