

Flam d'Ostra del Delta amb salsa de galeres

Ingredients (4 persones):

12 ostres del Delta
200 g de galeres
1/2 litre de llet
3 ous
1 ceba
1 dent d'all
3 cullerades d'oli d'oliva
Sal
Pebre
Verdures al gust

Preparació:

Salpebreu i saltejeu les ostres juntament amb l'all i la ceba. A continuació prepareu un flam seguint els punts tradicionals amb les ostres, la llet, els ous, fiqueu-ho als motlles i poseu-ho al forn, al bany Maria, durant uns 40 min. a 180°C.

Apart, prepareu una salsa amb verdures de l'horta al gust, ficant de base 200 g de galeres.

Un cop estigui el flam, banyeu el mateix amb la salsa i, a continuació, serviu.

Flan aux huîtres du Delta à la sauce aux squilles

Ingredients (pour 4 personnes) :

12 huîtres du Delta
200 g de squilles
1/2 litre de lait
3 œufs
1 oignon
1 gousse d'ail
3 cuillerées d'huile d'olive
Sel
Poivre
Légumes au choix

Préparation :

Saler et poivrer les huîtres à votre goût et les faire sauter avec l'ail et l'oignon. Préparer ensuite un flan de manière traditionnelle avec les huîtres, le lait et les œufs. Mettre le tout dans des moules et placer immédiatement au four, au bain-marie pendant environ 40 min à 180°C.

À part, préparer une sauce avec les légumes de votre choix, en utilisant comme base les 200 g de squilles.

Lorsque le flan est prêt, le napper avec la sauce et servir immédiatement.