RETRAITE SPORTIVE
LES QUATRE-SAISONS
12850 ONET LE CHATEAU

Les recettes de la RS4S

Farçou au four
et aux herbes du jardin
de mamie Berthe

Ingrédients :
farine : 150g
4 œufs
lait : 100 ml
persil
bette « éternelle »
éventuellement : 2 feuilles d'oseille, 3 tiges de ciboulette
sel, poivre

allumer le four : thermostat 150-180 degrés
Couper les herbes très finement
Casser les œufs dessus
Bien battre le tout
Verser la farine
Bien mélanger
Ajouter le lait pour obtenir une pâte ni trop épaisse ni trop liquide
Saler, poivrer.
Faire chauffer le plat en tôle dans le four (3 minutes)
Le sortir et y mettre de l'huile (fond couvert d'un ½ cm d'huile)
Le remettre au four pour que l'huile soit chaude (2 minutes)
Le sortir
Verser la pâte dans le plat (de préférence plat en couronne, genre moule à savarin)
Mettre à cuire dans le four ½ heure environ
Déguster chaud ou froid.

Merci à Françoise F.