



Venez nous rendre visite sur  
[lesjardiniersduvaldauthion.fr](http://lesjardiniersduvaldauthion.fr)

## Cannelés épinards , chèvre et noix

### Ingrédients :

100 g d'épinards hachés

1 œufs + 1 jaune d'œuf

50cl de lait

100 g de farine

60gr de beurre

50g de bûche de chèvre en petit dés

50gr de gruyère râpé

un peu d'huile d'olive

50 g de noix concassées

1 pincée de sel, poivre

### Préparation :

1. Lavez et hachez les épinards. Dans un poêle avec un filet d'huile, faites-les réduire.
2. Faites chauffer le lait et le beurre. Dans un saladier, battez les œufs Incorporez la farine mettre peu à peu le lait tiédi.
3. Ajoutez le chèvre, le gruyère, les noix et les épinards dans la préparation. Mélangez et mixer si besoin et versez dans des moules à cannelés.
4. Faites cuire 20 min minimum dans un four préchauffé à 180 °C.