

Flan de thon à la provençale (tonijnpaté)

Benodigheden:

- 1 blikje tonijn (in olie, uitlekgewicht 130 gram), twee mag ook
- 1 blik gepelde tomaten (400 gram)
- 1 ui
- 1 teentje knoflook of een flinke theelepel gehakte knoflook
- 3 eieren
- Zout, peper, tijm en gemalen laurierblad
- Indien gewenst, voor een wat meer intense smaak, zongedroogde tomaten en kappertjes
- Ovenvaste schaal (4 tot 6 cm hoog) inhoud ongeveer 750 ml
- Beetje boter om de ovenschaal in te vetten



Bereiding:

Ui en knoflook fijnmaken en in boter bakken.

Daarna de gepelde tomaten, tijm, laurier, zout en peper toevoegen. Ongeveer 20 minuten zachtjes laten inkoken (geen deksel op de pan leggen), mengsel moet bijna droog zijn.

De tonijn uit laten lekken, fijnmaken en samen met de 3 eieren mixen.

Daarna het mengsel van ui, knoflook en tomaten toevoegen. Op smaak brengen met peper, zongedroogde tomaten en kappertjes.

Dat alles in een vuurvaste schaal doen, die van te voren goed is ingevet.

Ongeveer 40 minuten in de oven (heteluchtoven 150°) met in een apart schaaltje wat water.

De tonijnpaté af laten koelen alvorens uit de vorm te halen.

Heel koud serveren. Garneren met een gekookt ei, olijven of peterselie.

Bon appétit!

Ans