



Petit cake au crabe

15/11/2016 à 14h37

Par [Laurence Benedetti](#)

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 5 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 1 boîte de miettes de crabe égouttées
- 3 œufs
- 1 cuillère à soupe de farine
- 2 cuillères à soupe de crème de soja
- 1 cuillère à soupe de gruyère râpé
- Sel et poivre

Préparation :

- Après avoir mélangé les œufs avec la crème, ajoutez la farine puis le gruyère;
- Incorporez ensuite le crabe, salez et poivrez;
- Versez le mélange dans 4 ramequins. Cuire au micro-onde 2 mn à puissance maximale;
- Laissez reposer 2 mn puis cuire à nouveau 3 mn à puissance maximale;
- Démoulez les ramequins une fois tièdes et servez les tièdes et accompagnés d'une salade de mesclun.