

Quiche du couronnement

Ingrédients : pour 6 personnes :

1 pâte brisée maison ou achetée dans le commerce

125 ml de lait, 175 ml de crème entière, 2 œufs

1 cuillère à soupe d'estragon frais haché

180gr d'épinards frais cuits légèrement, 60gr de fèves

100gr de cheddar râpé, sel, poivre.

Préparation de la garniture.

Cuire quelques minutes les épinards sans eau à couvert, l'eau de végétation suffit, veillez à ce qu'il ne brûle pas, égouttez.

Ecossez les fèves si elles sont fraîches ou prenez des fèves surgelées plongez-les dans une casserole d'eau bouillante salée, cuire 5 mn, égouttez passez-les sous l'eau froide et ôtez la peau qui enrobe la fève.

2ème étape.

Étalez la pâte brisée dans un moule ou une tourtière de 20cm Ø Rabattez les bords, faites des trous à la fourchette sur le fond de tarte.

Tapissez-la avec du papier cuisson, ajoutez des billes de cuisson, cuire le fond de tarte dans un four préchauffé à 190 °c, pendant 15 mn.

Hachez grossièrement les épinards, râpez le fromage.

Puis dans un saladier, battre ensemble le lait, la crème, les œufs l'estragon, puis assaisonnez.

Répartir la moitié du fromage râpé sur la tarte, recouvrir d'épinards de fèves et d'estragon.

Versez le mélange contenu dans le saladier sur la quiche, finir par le reste de fromage.

Cuire au four à 160°C pendant 20 à 25 mn jusqu'à ce que la pâte soit légèrement dorée.

