

QUICHE AUX BROCOLIS ET AU BLEU DES CAUSSES

Novembre 2003 (Actualisé en avril 2018)

Ingrédients (6 personnes) :

- ★ 1 rouleau de pâte brisée pur beurre
- ★ 300 g de brocolis
- ★ 200 g de bleu des causses
- ★ 200 g de noix de Grenoble
- ★ 3 œufs
- ★ 25 cl de crème liquide
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : Moule à tarte, Casserole, Jatte, Fouet

Préparation : 15 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 35 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 7,40 € (soit 1,23 € par personne)



Recette :

Préchauffer le four sur thermostat 6 (180°C) durant 10 minutes. Sortir la pâte du réfrigérateur 5 minutes avant son utilisation. Etaler la pâte dans le moule et rabattre éventuellement les bords, piquer le fond à la fourchette. Couper les brocolis en petites fleurs, les rincer et faire cuire 5 minutes dans de l'eau bouillante salée. Les rafraîchir à l'eau froide et les égoutter. Ouvrir les noix, en extraire les cerneaux et les concasser grossièrement.

Couper le bleu des causses en dés (le bleu d'Auvergne convient également). Dans une jatte, battre les œufs en omelette, ajouter la crème, saler, poivrer et homogénéiser au fouet. Parsemer le fond de tarte avec le bleu, les noix et les brocolis, recouvrir avec la préparation aux œufs et mettre au four pour 30 minutes. Laisser reposer la quiche 5 minutes avant de servir.

Boisson :

Un Saint-Pourçain rouge servi à 16°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.