

Quiche aux restes !

Ingrédients

La base de la quiche : pâte brisée :

- 250 g de farine
- 125 g de beurre
- 1 pincée de sel
- 1 jaune d'œuf

Appareil à flan :

- 2 œufs
- 150 ml de crème
- 250 ml de lait

Restes de viandes, de légumes cuisinés, ...



Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 30 min

Temps de repos : 30 min

Matériel

Un moule à tarte, rouleau à pâtissier, fouet, saladier.

Technique

Pour faire la pâte, disposer la farine en fontaine dans un saladier. Ajouter le beurre ramolli coupé en morceaux et le sel. Travailler la pâte avec les doigts pour obtenir une texture sablée. Disposer à nouveau en fontaine et ajouter le jaune d'œuf. Commencer à malaxer du bout des doigts le centre de la fontaine en y incorporant petit à petit la farine et en y ajoutant un peu d'eau. Au fur et à mesure du mélange, incorporer la totalité de la farine jusqu'à l'obtention d'une boule.

Laisser reposer au frais 30 minutes minimum.

Préchauffer le four à 180°C.

Rouler la pâte brisée, la placer dans un moule beurré et la piquer.

Ajouter vos restes (viandes, légumes, fromages ...) dans le fond de tarte.

Mélanger les œufs, le lait et verser la préparation dans la tarte.

Mettre au four pendant environ 30 minutes.



Conseils

Si vous n'avez pas le temps de préparer la pâte brisée, vous pouvez utiliser une pâte feuilletée ou une pâte brisée prête à l'emploi.

Pour donner du goût n'hésitez pas à mettre de la sauce tomate ou de la moutarde au fond de la tarte selon les envies !

Idée de menu équilibré

Quiche aux restes et salade verte

Fromage et pain

Compote de fruits

Recette proposée par l'association « Aux Goûts Du Jour »,

Pour plus d'informations :

Association Aux Goûts Du Jour,

53 impasse de l'Odet,

29000 QUIMPER

auxgoutsdujour@hotmail.fr

www.agdj.fr