

QUICHE AU SAUMON FUMÉ

Mars 2006 (Actualisé en avril 2018)

Ingrédients (6 personnes) :

- ★ 1 rouleau de pâte brisée pur beurre
- ★ 200 g de saumon fumé
- ★ 150 g d'emmental râpé
- ★ 4 œufs
- ★ 20 cl de crème fraîche liquide
- ★ 20 g de Maïzena
- ★ 25 cl de lait demi-écrémé
- ★ 2 pincées de noix de muscade moulue
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Moule à tarte, Grenailles, Jatte, Fouet

Préparation : 10 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 35 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 5,70 € (soit 0,95 € par personne)



Recette :

Préchauffer le four sur thermostat 6 (180°C) durant 10 minutes. Sortir la pâte du réfrigérateur 5 minutes avant son utilisation. Étaler la pâte dans le moule et rabattre éventuellement les bords. Piquer le fond avec une fourchette, couvrir de papier sulfurisé et lester de cailloux (ou grenailles). Cuire à blanc 10 minutes. Couper les tranches de saumon en carrés de 1,5 cm de côté.

Dans une jatte, battre les œufs en omelette, incorporer la crème fraîche, le lait, la Maïzena, saler peu, poivrer et ajouter l'emmental. Bien homogénéiser. Garnir le fond de tarte avec les carrés de saumon, recouvrir avec la préparation aux œufs, saupoudrer de noix de muscade et mettre à four chaud pour 25 minutes à 210°C (Thermostat 7). Laisser reposer la quiche 5 minutes dans le four avant de servir.

Boisson :

Un Entre-deux-Mers servi à 8°C. (*)

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