

Quiche aux poireaux



➔ 10 minutes de préparation

➔ 40 minutes de cuisson

Par
personne

➔ Pour 6 personnes

5 cc de beurre fondu

150 g de pâte filo

3 œufs battus 

100 ml de lait écrémé

50 g de crème fraîche à 5 %

3 CS de ciboulette fraîche hachée 

3 poireaux lavés et coupés en biseau 

100 ml de bouillon préparé avec $\frac{1}{4}$ de cube

50 g d'emmental râpé

1 Faites préchauffer le four à 190 °C (th. 6) et badigeonnez une feuille de cuisson avec un peu de beurre fondu. Déposez une feuille de pâte filo sur le moule à tarte, badigeonnez de beurre, puis recouvrez d'une autre feuille en décalant l'angle. Procédez ainsi pour toutes les feuilles de pâte.

2 Appuyez légèrement sur les extrémités pour créer les bords de la tarte. Faites cuire la pâte à blanc 10 minutes au four. Pendant ce temps, battez les œufs, le lait, la crème fraîche et la ciboulette. Salez, poivrez. Réservez.

3 Versez le beurre restant dans une poêle, faites-y sauter les poireaux 5 minutes. Versez le

le bouillon, couvrez et faites cuire 5 minutes supplémentaires. Ôtez le couvercle et finissez la cuisson jusqu'à ce que le liquide soit entièrement évaporé.

4 Répartissez les poireaux sur le fond de tarte, versez l'appareil par-dessus et parsemez d'emmental. Faites cuire 30 minutes. Laissez refroidir 15 minutes avant de découper en parts. Servez avec une salade verte.