

Quiche aux courgettes

Ingrédients pour 6 personnes

250 g farine
125 g margarine
sel
800 g courgettes
5 oeufs
40 g parmesan râpé
4 c. à soupe chapelure blanche
3 gousses ail
2 échalotes
2 c. à soupe huile d'olive
2 c. à soupe aneth haché
sel et poivre

Préparation: 30mn; Cuisson 30 mn

Pâte Brisée: Mélangez la farine et la margarine. Ajoutez une pincée de sel et 3-4 cuillères à soupe d'eau tiède. Roulez en boule et laissez reposer 30 mn au réfrigérateur.

Epluchez les courgettes et râpez-les. Faites fondre les échalottes hachées avec l'huile, ajoutez les courgettes et laissez cuire 10 mn en remuant souvent. Ajoutez l'ail haché, la chapelure, le parmesan et l'aneth. Salez et poivrez. Retirez du feu.

Allumez le four à 200 degrés (th. 6). Étalez la pâte et garnissez-en un moule à tarte de 30 cm de diamètre beurré préalablement.

Battez les oeufs à la fourchette, assaisonnez-les et mélangez-les aux courgettes.

Versez la préparation dans le moule et faites cuire

au four pendant 30 mn.

Temps de préparation: 1:00

Classification: quiche/pizza (plat), moyenne
(difficulté), 2/3 (toques)

Origine: La cuisine de plein air - Elisa Vergne

Date: 21.03.2006

Enregistré par: démo