

QUICHE à LA COURGETTE



Temps de préparation: 10mn - Temps de cuisson: 40mn - Nombre de portions: 8

Ingrédients:

- 1 Courgettes
- 60g Lait
- 3 Oeufs
- 2 pincées Sel
- 2 pincées Poivre moulu
- 1cc Herbes Provençale
- 1 Pâte brisée à l'huile d'olive
- 50g Parmesan

Préparation:

- Pâte brisée à l'huile d'olive: La recette est à la rubrique Basic

Préchauffer le four à 180° chaleur tournante ou 200° chaleur en haut et en bas

- Placer la pâte dans le fond du moule à tarte. A l'aide d'une fourchette faire des trous dans la pâte
 - Couper à la mandoline la courgette d'une épaisseur de 3 - à 5 mm
 - Dans une poêle : Faire chauffer un peu d'huile d'olive puis faire revenir les courgettes. Réserver
 - Dans le bol : Placer le lait, les oeufs, le sel, le poivre, les herbes puis mixer 20 sec/ vitesse 4.
 - Placer les courgettes sur la pâte dans le moule. Puis verser le mélange par dessus les courgettes. Saupoudrer avec le parmesan
- Enfourner 20 à 25 minutes