

# Quiche au Bouquet des Moines, brocolis et pancetta



20 min



25 min



3-6 personnes

## Ingrédients

- 1 Val-Dieu Bouquet des Moines
- 1 pâte brisée ou feuilletée
- 1 brocoli (400 g)
- 150 g de pancetta émincée
- 3 œufs
- 25 cl de crème fraîche allégée
- 1 oignon
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre

## Préparation

- Préchauffez le four sur th. 6 – 180 °C.
- Prélevez les bouquets de brocolis et émincez les tiges. Pelez le pied et taillez-le en petits dés. Plongez le tout dans une casserole d'eau bouillante et comptez 4 min de cuisson à la reprise de l'ébullition.
- D'autre part, faites revenir la pancetta et l'oignon haché dans une poêle contenant l'huile, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Egouttez-les bien.
- Battez les œufs et la crème dans un saladier. Ajoutez les brocolis égouttés, ainsi que le mélange pancetta-oignon. Salez légèrement et poivrez.
- Garnissez un moule à tarte avec la pâte. Versez-y la préparation, égalisez un peu et répartissez le Bouquet des Moines coupé en gros dés par-dessus. Faites cuire 25 min au four.
- Servez chaud, en entrée ou comme plat, avec une salade de tomates. Cette quiche sera également excellente froide, pour un pique-nique ou un buffet.

## Astuce

Cette recette peut également se faire avec un restant de légumes cuits.



Découvrir  
d'autres recettes

