

Quiche

au Délice des Moines, petits pois et curry



20 min



25 min



3-6 personnes

Ingédients

- 1 Val-Dieu Délice des Moines
- 1 pâte brisée
- 300 g de petits pois surgelés
- 2 gros oignons
- 3 œufs
- 25 cl de crème fraîche allégée
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à café rase de curry en poudre
- Sel et poivre

Préparation

- Faites suer doucement les oignons émincés dans une sauteuse contenant l'huile d'olive, à couvert, pendant 10 min.
- Préchauffez le four sur th.6 – 180 °C. Garnissez un moule à tarte avec la pâte brisée. Taillez le Délice des Moines en petits morceaux.
- Saupoudrez les oignons de curry, mélangez 1 min, puis joignez les petits pois (rincés à l'eau chaude dans une passoire). Faites revenir 2 min à feu doux.
- Battez les œufs avec la crème dans un saladier. Ajoutez les légumes et rectifiez l'assaisonnement. Versez dans le fond de tarte, égalisez et ajoutez les morceaux de fromage. Faites cuire 25 min au four.
- Servez chaud, en entrée ou comme plat, avec une salade.

Astuce

Ayez la main légère avec le curry pour que son parfum souligne les saveurs, sans les dominer.



Découvrir
d'autres recettes

