

## Quiche au brocolis et au saumon fumé



Plat **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 15 mn

**Cuisson** : 40 mn

*Vite faite et délicieuse, il ne restait qu'une moitié pour la photo !*

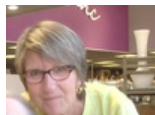
### Ingrédients

- 1 pâte brisée
- 500 g de brocolis surgelés
- 3 tranches de saumon fumé
- 20 cl de crème fraîche
- 2 œufs
- 2 oignons verts
- sel
- poivre
- muscade
- 100 g de gruyère râpé

### Préparation

- 1 Préchauffez le four à 200°C (th.6-7). Déroulez dans un moule à tarte la pâte et piquez le fond avec une fourchette. Faites cuire les bouquets de brocolis pendant 5 minutes. Egouttez-les bien.
- 2 Dans un bol, battez la crème, les œufs, le gruyère, la muscade, le poivre, une pincée de sel et les jeunes oignons coupés fin. Coupez le saumon en lamelles et déposez-les sur le fond de pâte.
- 3 Etalez ensuite les brocolis et le reste de saumon. Couvrez avec le mélange de crème et enfournez pendant 40 minutes.

Proposé par



**Gigi**

bonjour ,j'aime les plats simples ,mijotés et savoureux comme je les cuisine chez moi en Belgique.

visitez mon blog et laissez moi vos commentaires .merci//simplementgigi.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

