

Quiche saumon, chèvre et légumes verts



Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 30 mn

A servir chaude, tiède ou même froide. Je l'ai accompagnée d'une salade de feuilles de chêne croquante et une vinaigrette de noix et demain, je la servirai avec une soupe de légumes verts.

Recette proposée par : Gwen Au pays des Anges

Ingrédients

- 1 pâte feuilletée
- 150 g de saumon fumé
- 100 g de chèvre frais
- 100 g d'haricots verts
- 1 poireau
- 5 œufs
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
- persil plat
- poivre au moulin

Préparation

- 1 Préchauffez votre four 200°C.
- 2 Étalez votre pâte feuilletée dans un moule, piquez-la avec une fourchette et enfournez 3 à 5 minutes pour qu'elle dore et qu'elle soit plus croustillante.
- 3 Pendant ce temps, dans un saladier, mélangez les œufs entiers avec la crème.
- 4 Découpez le saumon fumé en carrés et le chèvre frais en morceaux. Ajoutez-les à la préparation et remuez.
- 5 Épluchez et ciselez le poireau.
- 6 Coupez les haricots en petits tronçons de 2 centimètres.
- 7 Ajoutez les légumes à la préparation. Assaisonnez avec le poivre et le persil (mais pas de sel car il y a déjà le saumon fumé). Versez uniformément la préparation sur la pâte et enfournez 25 minutes, la lame de votre couteau doit ressortir sèche.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

