

12 février 2008

**Quiche aux champignons, asperges, épinards et mozzarella,
sur fond de pâte à croissant**



(pour 6/8)

*12 triangles de pâte à croissant toute prête (ou maison)
2 cs de moutarde
250 g de champignons de Paris émincés
400 g d'asperges vertes
1 bol d'épinards congelés
1 petit oignon émincé
2 œufs
230 g de mozzarella râpée
origan, sauge séchés
sel, poivre*

Dans un moule à tarte non graissé, déposez les triangles de pâte à croissant, la pointe au centre du moule, de façon à former le fond de tarte. Badigeonnez le fond de moutarde.

Faites bouillir les asperges jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Passez-les sous l'eau froide puis égouttez-les et coupez-les en tronçons pas trop longs. Dégelez les épinards.

Préchauffez le four à 175 °C.

Dans une poêle anti-adhésive, faites revenir l'oignon dans un peu de beurre avec les asperges, les champignons et les épinards, jusqu'à ce que tout le mélange de légumes soit bien tendre.

Dans un saladier, mélangez les œufs avec la mozzarella, l'origan, la sauge et assaisonnez. Ajoutez les légumes puis versez sur le fond de pâte.

Faites cuire environ 25 à 30 minutes.