

Quiche carottes surimi *et graines de carvi*



Pour 5 petites quiches ou une grande quiche

Préparation : 40 minutes (20 minutes pour une pâte toute prête)

Repos : pâte 1 heure

Cuisson : 40 minutes

Pâte brisée :

- 200 g de farine
- 100 g de beurre
- 5 cl d'eau
- 3 g de sel

Garniture :

- 2 carottes
- 100 g de surimi (râpé ou coupé en petits morceaux)
- 1/2 gros oignon ou 1 petit
- 2 oeufs
- 60 g de boursin ou 2 portions
- 15 cl de crème fraîche épaisse (ou liquide)
- 1,5 c à café de graines de carvi
- 1 c à soupe de coriandre ciselée fraîche ou surgelée
- 1 c à soupe d'huile d'olive
- Sel
- Poivre
- Beurre pour le ou les moules

Matériel :

- 5 moules à tartelettes de 11 à 12 cm de diamètre ou un grand moule de 27 cm

Préparez la pâte brisée : A préparez la veille ou 1 heure avant. Mélangez la farine, le beurre mou et le sel pour obtenir un mélange sablé grossier. Versez l'eau et formez une boule. Filmez et laissez reposer 1 heure minimum.

Préparez la garniture : Émincez finement l'oignon. Coupez les carottes en petits dés (brunoise). Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle. Ajoutez les oignons et les carottes. Laissez cuire à feu moyen pendant 5 minutes en mélangeant souvent. Ajoutez les graines de carvi, sel, poivre et laissez cuire de nouveau 5 minutes. Réservez.

Préparez l'appareil à quiche : Dans un saladier ou un cul de poule, mélangez la crème et le boursin à l'aide d'un fouet. Incorporez les œufs. Ajoutez la coriandre et mélangez. Salez et poivrez légèrement.

Préchauffez le four à 180° C (160° C pour moi).

Beurrez les petits moules ou un grand moule à tarte. Étalez la pâte brisée sur un support fariné. Placez vos petits moules côte-à-côte. Enroulez la pâte sur le rouleau pour la déplacer et la disposer sur les moules. Froncez chaque moule et passez le rouleau pour enlever l'excédent de pâte. Piquez le fond de pâte avec une fourchette. Répartissez la garniture de carottes surimi sur la pâte. Versez l'appareil à quiche sur la garniture.

Glissez au four pour 30 minutes. Commencez à surveiller à partir de 25 minutes de cuisson. Pour un

grand moule il faudra compter 5 à 10 minutes en plus.