



Quiche aux courgettes, fromage ail et fines herbes



Ingrédients nécessaires pour 1 quiche de 26 cm de diamètre :

- 1 pâte brisée à base de saindoux
- 500 g de courgettes
- 1/2 cuillère à soupe de gros sel
- 3 œufs
- 100 ml de crème liquide entière
- 1 pot + $\frac{1}{2}$ pot de fromage frais ail et fines herbes
- poivre du moulin

Confectionner la pâte brisée. Placer au réfrigérateur au moins une $\frac{1}{2}$ heure . Puis râper gros les courgettes lavées mais non épluchées. Ajouter et mélanger avec la cuillère de gros sel.

Les mettre à égoutter pendant 1 heure afin qu'elles dégorgent toute leur eau.

Dans un bol, battre ensemble les œufs et la crème ainsi que la moitié du fromage ail et fines herbes. Assaisonner au poivre du moulin. Réserver au réfrigérateur.

Étaler la pâte brisée refroidie au rouleau. Foncer le moule à tarte.

Presser les courgettes râpées pour extraire le reste de jus.

Étaler les courgettes râpées sur la pâte et verser dessus le mélange crémeux.



Placer au centre le 2 ème fromage ail et fines herbes.

Cuire pendant 25 à 30 min au four préchauffé th6 ou 180°C.