

La quiche au fromage

Une pâte croustillante garnie d'un mélange corsé de fromages suisses: il n'en faut pas plus... La délicieuse odeur qui émane du four suffit à mettre les papilles en éveil. Collation ou souper léger, chaude ou froide, la quiche au fromage est toujours un plaisir!



1 Pâte: mélanger la farine et le sel. Ajouter le beurre et malaxer jusqu'à la formation d'une masse sableuse. Former un puits et y verser l'eau. Travailler en pâte, sans pétrir. Envelopper dans le film alimentaire et laisser reposer 30 min au réfrigérateur.



2 Abaisser sur un peu de farine en un disque d'env. 30 cm de \varnothing et de 3 mm d'épaisseur.



3 Plier 2 fois en 2.



4 Foncer la plaque préparée. Couper et rabattre les bords.



5 Piquer généreusement le fond de pâte, placer au réfrigérateur 15 min.



6 Garniture: mélanger tous les ingrédients, verser sur la pâte. Cuire 30–35 min sur la grille inférieure du four préchauffé à 220°C. Servir chaud, tiède ou froid.

PHOTO: RUTH KÜNG; STYLISME: IRÈNE DE GIACOMO



Quiche au fromage

Pour 4 personnes

1 plaque de 28 cm de Ø

film alimentaire

beurre pour la plaque

pâte:

250 g de farine

1 cc de sel

100 g de beurre, froid,
coupé en morceaux

env. 1 dl d'eau, froide

garniture:

150 g de Gruyère AOC, râpé

150 g d'Emmental AOC, râpé

2 dl de lait

2 dl de crème entière

3 œufs, battus

½ cc de sel

poivre, noix de muscade,
paprika

NOTES

préparation: env. 40 min

réfrigération: env. 45 min

cuisson: env. 35 min

🍏 végétarien

Valeurs nutritionnelles par portion: énergie
934 kcal, protéines 34 g, lipides 68 g, glucides 50 g

**En cas de question, de problème
ou de suggestion dans le domaine
culinaire, n'hésitez pas à nous
contacter:**

Silvia Amaudruz

Rédaction LE MENU

Weststrasse 10, 3000 Berne 6

Tél. 031 359 57 59

conseilsrecettes@lemenu.ch

D'autres recettes pas à pas sous
www.lemenu.ch/lecoupdemain