

# Quiche aux légumes

Portions: 6

Temps de préparation: 15 minutes

Temps de cuisson: 40 minutes

## Ingrédients

2 c. à soupe de beurre

2 poireaux émincés

1 courgette, coupée en dés

1 tomate, coupée en dés – 1 tasse de brocoli, coupé en petites fleurettes

1 tasse de chou-fleur, coupé en petites fleurettes

1 pâte brisée – 3 œufs, battus – 250 ml de crème 35 %

125 ml de lait – 1 pincée de muscade, moulue

2 tasses de gruyère râpé – Sel et poivre frais moulu

## Préparation

Dans un poêlon, faire fondre le beurre à feu moyen. Ajouter tous les légumes et faire cuire environ 10 minutes, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Saler et poivrer. Réserver.

À l'aide d'un rouleau à pâtisserie, étaler la pâte dans un moule à quiche ou à tarte. Répartir le mélange de légumes sur le fond de tarte.

Dans un bol, fouetter les œufs avec la crème, le lait et la muscade. Saler et poivrer. Ajouter le fromage. Bien mélanger et verser sur les légumes.

Cuire à 190 °C pendant environ 40 minutes, ou jusqu'à ce que la quiche soit bien dorée et gonflée. Servir avec une salade.

