

Quiche saumon épinard

CUISIMAGES

Réf :
1228

Type :
Entrée
chaude

Préparation :
20 min
Repos:

Cuisson :
30 min
180°C

Coût :


Difficulté :
  

Origine :




Ingrédients pour 6/8 personnes

- 370g de saumon
- 200g d'épinards
- 20 cl de lait
- 4 œufs
- 3 càs de crème épaisse d'Isigny
- 30g de beurre
- 1 pâte feuilletée
- Sel et poivre

CUISIMAGES
Recettes de
cuisine en images
www.cuisimages.com

CUISICOURS
Offrez un cours
de cuisine
www.cuisicours.com



Lavez et équeutez les épinards.

Faites fondre le beurre et ajoutez les épinards pour les cuire quelques minutes, tout en mélangeant.

Laissez refroidir.

Préchauffez le four à 180°C pendant 15 min.

Dans un saladier, déposez les œufs, la crème et le lait puis mélangez à l'aide d'un fouet.

Salez et poivrez.

Garnissez un plat à tarte avec la pâte feuilletée et piquez le fond à l'aide d'une fourchette.

Coupez le saumon en dés.

Répartissez les épinards et le saumon sur le fond de tarte puis versez la préparation aux œufs.

Enfournez pour 30 min.



Conseils

Variante

Vin