



QUICHE COURGETTE-CHÈVRE

POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

1 PÂTE FEUILLETÉE
OU PÂTE BRISÉE

3 COURGETTES

1 CROTTIN DE CHAVIGNOL
(OU UN AUTRE FROMAGE
DE CHÈVRE)

HERBES DE PROVENCE

HUILE D'OLIVE

3 OEUFS

10 CL DE LAIT

10 CL DE CRÈME FRAÎCHE

SEL ET POIVRE

MIEL (FACULTATIF)

Laver et essuyer les courgettes, puis les couper en rondelles.

Faire sauter les courgettes dans l'huile d'olive à la poêle, avec les herbes de Provence.

Préparer l'appareil dans un bol : battre les œufs en omelette, puis ajouter le lait et la crème. Fouetter pour bien mélanger, saler et poivrer au goût.

Etaler la pâte dans un moule et la piquer à la fourchette.

Bien égoutter les courgettes et les disposer dans le moule. Découper le fromage en morceaux et les disposer sur les courgettes.

Verser délicatement l'appareil par-dessus.

Enfourner à 180°C pendant environ 30 mn, en surveillant la cuisson. Le dessus doit être légèrement doré.

Pour les amateurs de sucré-salé, sortir la quiche du four quand elle commence à dorer, l'arroser de miel, puis enfourner à nouveau pendant 10 minutes.

Cette quiche peut être servie découpée en bouchées à l'apéritif ou bien découpée en parts, pour l'entrée ou en plat principal avec une salade !



BOURGES