

# ***Quiche rapide ...*** ***et facile et pas chère et délicieuse et ...***

Vos amis passent vous voir tout à l'heure et vous voulez les recevoir de manière sympathique ?

Alors invitez-les à manger !

Une quiche pour 4 personnes accompagnée d'une salade fera parfaitement l'affaire .

Simple, rapide, conviviale, elle permettra à vos convives de repartir avec l'estomac bien rempli.



# Quiche rapide

## Ingrédients:

Pâte brisée en rouleau

3 Œufs

20 cl Crème fraîche épaisse

200 g Lardons fumés

1 Oignon (petit)

50 g Gruyère râpé

1 Noix de beurre

Sel et Poivre moulu



Temps de préparation: 10 mn

Temps de cuisson: 50 mn

# Quiche rapide

Pour gagner du temps:

- Préchauffer le four à 180° (th 6)
- Sortez et disposez vos plats et ingrédients
  - +Les œufs
  - +Le gruyère
  - +Les lardons
  - +L'oignon
  - +Le rouleau de pâte brisée
  - +Le sel, le poivre, le beurre et la crème fraîche
  - +Le fouet, une cuillère et un couteau
  - +Une paire de ciseaux de cuisine
  - +La platine à tarte et un gros bol
  - +Une petite casserole



# Quiche rapide

Dans la casserole mettre le beurre et faire cuire à feu moyen l'oignon coupé en morceaux avec les lardons.

Pendant ce temps, disposez la pâte brisée avec la feuille de papier sulfurisé dans la platine.

Découpez les bords à l'aide des ciseaux de cuisine.

Dans le bol: cassez les œufs, ajoutez-y la crème fraîche, le sel, le poivre, et battez l'ensemble à l'aide de votre fouet.

Ajoutez le gruyère râpé et battez l'ensemble.



# Quiche rapide

Lorsque les oignons sont translucides et cuits, laissez-les refroidir un peu.

Etalez le mélange oignon/lardons sur la pâte dans la platine. Ajoutez-y votre appareil composé des œufs de la crème fraîche et du gruyère râpé.

Il ne vous reste plus qu'à enfourner pendant 45 à 50 minutes à 180°.

Note: Ceci est une suggestion, vous pouvez à votre guise remplacer la crème par du lait, ou ajouter des poireaux, ou des pommes de terre, des courgettes, vous pouvez également faire une quiche aux fruits de mer avec des moules et des gambas...



# Quiche rapide

Et voilà!!

C'est pas beau la vie ?

La quiche est soufflée en sortant du four.

Ne vous brûlez pas en la démoulant!

Cette quiche rapide assortie d'une salade composée (salade verte + tomates + carrée de fromage frais ou de chèvre aux herbes) fera un excellent repas convivial.

Vos convives reviendront sûrement...



*Retrouvez d'autres recettes toutes aussi sympathiques sur  
le site internet:*

***BOITEALAPIN.FR***



**Très bonne journée à vous et à bientôt...**

---

---