

Quiche aux Foies de Volailles et Fondue de Poireaux

Nombre de personnes : 3

Temps de préparation : 45 minutes

Ingrédients :

- PATE BRISEE	1x
- FOIE(S) DE VOLAILLE	350g
- AIL EN POWDRE	
- PERSIL	
- POIREAUX ENTIERS	2
- OEUF(S)	3
- LAIT	100 ml
- CRÈME FRAICHE	100 ml
- PARMESAN RAPE	40g
- GRUYERE RAPE	40g
- SEL	
- POIVRE	



Recette :

- Nettoyez et coupez les poireaux en fine julienne.
- Coupez les foies de volaille en dés.
- Faites étuver les poireaux dans du beurre chaud. Salez et poivrez.
- Faites rissoler les foies dans un mélange beurre-huile. Ajoutez l'ail, sel et poivre. Terminez en saupoudrant de persil.
- Entre temps, fouettez dans un plat creux les œufs avec le lait et la crème. Ajoutez le parmesan, sel et poivre.
- Etalez la pâte sur le plat CRISP avec le papier sulfurisé.
- Répartissez la fondue de poireaux puis les foies de volaille rissolés.
- Versez alors le mélange aux œufs.
- Ajoutez encore un peu de gruyère râpé.
- Enfournez au micro-onde position CRISP pour 18 minutes.
- Découpez en quartiers et servez sans attendre à la sortie du four.