

Quiche aux Carottes, Chèvre et Cumin

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 50 minutes

Ingrédients:

- PÂTE BRISÉE	1x
- CAROTTE(S)	6-7
- CUMIN EN POUDRE	1/2 c à café
- CRÈME FRAÎCHE	150 ml +un peu
- OEUF(S)	4
- LAIT	150 ml
- GRUYÈRE RÂPÉ	50g
- NOIX DE MUSCADE	
- FROMAGE(S) DE CHÈVRE	1 bûche
- MIEL	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Sortez la pâte brisée du frigo et étendez-la dans le plat CRISP.
- Nettoyez les carottes et râpez-les pas trop finement.
- Dans une autre poêle, faites fondre un peu de beurre, puis ajoutez les carottes. Salez et poivrez. Ajoutez le cumin et laissez cuire à couvert en ajoutant un peu de crème fraîche.
- Dans un plat creux, placez les œufs, le lait, la crème, le gruyère. Fouettez le tout. Salez, poivrez et muscadez.
- Étalez les carottes au cumin sur la pâte.
- Nappez le tout avec le mélange aux œufs.
- Coupez la bûche de chèvre en rondelles d'1/2 cm d'épaisseur. Répartissez-les sur la quiche.
- Faites cuire la quiche au micro-onde position CRISP pendant 18 minutes.
- Dès la sortie du four, démoulez délicatement puis nappez la quiche avec le miel (liquide) selon votre goût.
- Coupez en portions et servez.