

Quiche aux Carottes, Féta et Pignons de Pin

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- PÂTE BRISÉE	1x
- CAROTTE(S)	3-4
- SUCRE SEMOULE	1/2 c à soupe
- CURRY	1 c à café
- FÉTA (FROMAGE GRECQUE)	200g
- OEUF(S)	4
- LAIT	150 ml
- CRÈME FRAÎCHE	150 g + 2 c à soupe
- GRUYÈRE RÂPÉ	50g
- PIGNONS DE PIN	2 c à soupe
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Pelez et râpez les carottes pas trop fines.
- Coupez la féta en gros dés. Poivrez-les.
- Dans une grande poêle, faites fondre un peu de beurre et faites-y étuver les carottes râpées. Ajoutez le curry et le sucre. Salez un peu et poivrez. En fin de cuisson, ajoutez 2 c à soupe de crème.
- Etalez la pâte brisée dans le plat CRISP sur le papier sulfurisé. Piquez-la avec une fourchette.
- Répartissez-y les carottes au curry.
- Dans un plat creux, fouettez les œufs puis ajoutez le lait et la crème. Salez et poivrez. Ajoutez le gruyère râpé.
- Versez ce mélange sur les carottes.
- Surmontez avec les dés de féta et les pignons de pin.
- Enfourné au four à micro-onde sur position CRISP pendant 18 minutes.
- Sortez du four, laissez reposer 1 minute puis démoulez et coupez en quartiers.

