

Quiche aux Pointes d'Asperges, Fromage de Chèvre et Miel

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- Pâte Brisée	1x
- Oeufs	4
- Lait	160 ml
- Crème Fraîche	160 ml
- Gruyère Râpé	60-70g
- Asperges	16-18 pointes
- Fromages de Chèvre	8-10 rondelles de bûche
- Roquette (Salade)	
- Miel	
- Sel	
- Poivre	

Recette:

- Pelez les pointes d'asperges.
- Faites-les cuire dans de l'eau bouillante salée pendant 8-10 minutes. Egouttez et réservez.
- Fouettez les œufs avec le lait et la crème. Salez et poivrez. Intégrez le gruyère râpé.
- Etalez la pâte brisée dans le moule CRISP sur du papier sulfurisé. Piquez-la avec une fourchette.
- Versez alors le mélange aux œufs puis répartissez les pointes d'asperges en étoile.
- Déposez finalement les rondelles de bûche de chèvre.
- Enfourez pendant 22 minutes sur position CRISP au micro-onde.
- Au moment de servir, déposez un peu de roquette et arrosez de miel.

