

Croque-Quiche aux Courgettes, Carottes et Bacon

Nombre de personnes: 3

Temps de préparation: 55 minutes

Ingrédients:

- COURGETTE(S)	1
- CAROTTE(S)	4-5
- GOUDA MI-VIEUX	3 tranches
- BACON(S)	75g (fumé)
- OEUF(S)	4
- CREME FRAICHE	15 cl
- LAIT	15 cl
- NOIX DE MUSCADE	
- SEL	
- POIVRE	
- PAIN TOAST	6 tranches

Recette:

- Coupez la courgette et les carottes en petits dés au coupe légumes.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Placez-les dans un plat creux avec un peu d'eau et du sel. Recouvrez d'un film alimentaire puis placez au micro-onde pour 10 minutes.
- Pendant ce temps, fouettez les œufs puis ajoutez le lait, la crème, sel, poivre et muscade.
- Coupez le gouda en morceaux au couteau ainsi que le bacon. Ajoutez-les aux œufs.
- Lorsque les légumes sont cuits, incorporez-les au mélange œufs – bacon – fromage.
- Huilez le fond d'un plat à gratin rectangulaire, tapissez le fond d'un papier sulfurisé puis versez le mélange dessus.
- Surmontez avec les tranches de pain en les enfonçant légèrement.
- Enfournes pour 25 minutes.
- Sortez du four et retournez le plat sur une grande assiette.
- Dressez sur les assiettes, le croque-quiche coupé en 2 dans la diagonale, un côté légumes visibles et l'autre, côté pain.

