

Quiche Féta - Épinards - Basilic et Olives Noires

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- PÂTE BRISEE	1x
- FETA (FROMAGE GRECQUE)	200g
- OLIVE(S) NOIRE(S)	15
- OEUF(S)	4
- GRUYERE RAPE	30g
- LAIT	150ml
- CRÈME FRAICHE	150ml
- TOMATE(S) SECHEE(S)	qq.
- EPINARDS	400g
- BASILIC	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Faites cuire les épinards dans une poêle avec du beurre chaud. Salez et poivrez.
- Etalez la pâte dans le moule à CRISP. Piquez-la avec une fourchette.
- Répartissez les épinards sur la pâte. Saupoudrez de basilic.
- Coupez la féta en dés et poivrez-la.
- Coupez les olives en 2, dénoyautez-les.
- Dans un plat creux, fouettez les œufs. Ajoutez le lait, la crème et le gruyère. Salez et poivrez.
- Versez ce mélange sur la pâte, puis répartissez la féta ainsi que les olives dénoyautées.
- Enfournez au micro-onde pendant 18 minutes sur position CRISP.
- Démoulez et coupez en portions.

Remarque:

A partir de PL-373