

Quiche Feuilletée aux Courgettes, Lardons, Origan et Féta

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 50 minutes

Ingrédients:

- PÂTE FEUILLETÉE	1x
- LARDONS	200g fumés
- COURGETTE(S)	1
- AIL EN POUDRE	
- FÉTA (FROMAGE GRECQUE)	200g
- OEUF(S)	4
- LAIT	150 ml
- CRÈME FRAÎCHE	150 ml
- NOIX DE MUSCADE	
- GRUYÈRE RÂPÉ	50g
- ORIGAN	
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Détaillez la courgette en dés. Faites-les revenir dans de l'huile chaude. Salez, poivrez et ajoutez un peu d'ail.
- Rissalez à sec les lardons puis incorporez-les aux légumes.
- Coupez la féta en dés et poivrez.
- Dans un plat creux, fouettez les œufs avec le lait et la crème. Ajoutez le gruyère râpé. Salez, poivrez et muscadez.
- Etalez la pâte feuilletée sur le papier sulfurisé dans le plat CRISP. Piquez-la avec une fourchette.
- Répartissez les légumes et les lardons. Déposez les dés de féta sur toute la surface. Puis versez le mélange aux œufs.
- Saupoudrez d'origan.
- Enfournez au micro-onde position CRISP pour 18 à 20 minutes.
- Découpez en portions et servez.

