

QUICHE AUX ÉPINARDS, AU POIVRON ET AU CAMEMBERT

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- PÂTE BRISEE	1x
- EPINARDS SURGELÉS	500g
- BEURRE DE CUISSON	un peu
- OIGNON(S)	1
- AIL EN POUDRE	un peu
- POIVRON(S) ROUGE(S)	½
- POIVRON(S) JAUNE(S)	½
- OEUF(S)	2
- CREME FRAICHE	200 ml
- CAMEMBERT	250g
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Emincez l'oignon. Coupez les poivrons en petits dés.
- Dégelez les épinards au micro-onde (500 W) doucement.
- Faites chauffer le beurre dans une casserole, ajoutez l'oignon et les poivrons. Salez et poivrez.
- Saupoudrez d'un peu d'ail en poudre et ensuite laissez mijoter doucement pendant 7 minutes à couvert.
- Étendez la pâte dans le plat CRISP et piquez-la avec une fourchette.
- Dans un plat, battez les œufs avec un fouet. Ajoutez la crème fraîche, salez et poivrez. Fouettez de nouveau pour homogénéiser le mélange.
- Étalez le mélange épinards / poivrons sur la pâte. Nappez avec les œufs à la crème.
- Coupez des tranches de camembert (1 cm d'épaisseur) et placez-les sur le dessus de la quiche.
- Faites cuire au micro-onde, position CRISP, pendant 13 à 15 minutes.

