

Quiche au Cheddar et Viande Hachée

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 40 minutes

Ingrédients:

- PÂTE FEUILLETÉE	1x
- HACHIS PORC & BOEUF	450g
- CONCENTRÉ DE TOMATES	70g
- OIGNON(S)	1 petit
- ROQUETTE (SALADE)	30g
- OEUF(S)	4
- LAIT	150 ml
- CRÈME FRAICHE	100 ml
- CHEDDAR	100g
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Emincez finement l'oignon puis faites-le revenir dans du beurre chaud. Intégrez ensuite le haché et laissez cuire doucement. Salez et poivrez. Réservez.
- Râpez le cheddar.
- Etalez la pâte feuilletée dans le plat CRISP et piquez-la avec une fourchette.
- Répartissez le concentré de tomates sur le fond puis ajoutez le haché de viande cuit. Surmontez avec la roquette.
- Dans un plat creux, fouettez les œufs puis ajoutez le lait, la crème et le cheddar râpé. Salez et poivrez.
- Versez le tout sur la quiche.
- Enfournez au micro-onde pendant 18 minutes sur position CRISP.
- Démoulez puis coupez en quartier. Servez sans attendre.