



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Quiche terre et mer V2 .



© Manou / Cuisine-plaisirs

Ingrédients pour 6 personnes :

- 1 pâte brisée
- 10 g de beurre
- 2 gros œufs
- 2 grosses pommes de terre
- 20 cl de crème liquide
- 300 g de blancs de poireaux
- 4 filets de colin
- 400 g de crevettes décortiquées
- Épices à colombo
- Herbes de Provence
- Sel, poivre

- Peler et émincer les pommes de terre en fines lamelles, les cuire dans une casserole d'eau
- Dans une sauteuse, légèrement beurrée cuire à couvert les poireaux, crevettes, poisson
- Lorsque les pommes de terre sont cuites, les égoutter puis les rajouter dans la sauteuse, couvrir
- Dans un saladier battre les œufs en omelette, délayer avec la crème liquide, assaisonner
- Au bout d'une vingtaine de minutes, les ingrédients sont cuits, égoutter
- Verser les ingrédients dans le bol puis mélanger pour bien les enrober de cette crème épicée
- Dans un moule à tarte dérouler la pâte brisée sur son film sulfurisé et piquer la pâte à l'aide d'une fourchette
- Verser la préparation, puis égaliser la surface, enfourner à four préchauffé à 180°C th. 6 pendant 45 minutes
- Servir chaud, accompagner cette tarte d'une salade

Astuce : pour une tarte plus esthétique ne pas mélanger la préparation liquide aux ingrédients mais verser les ingrédients sur la pâte, puis recouvrir de cette préparation liquide, éventuellement avec un peu de gruyère râpé



© Manou / Cuisine-plaisirs



© Manou / Cuisine-plaisirs



© Manou / Cuisine-plaisirs