QUICHE AUX ÉPINARDS & LIGHTLY ROASTED PIECES

INGRÉDIENTS

2 PORTIONS | 59 MIN | FACILE

1 paquet de Lightly Roasted Pieces Garden Gourmet

5 feuilles de pâte filo

250 g d'épinards

1 oignon

1 gousse d'ail

50 g de tomates séchées au soleil

150 g fromage à la crème

10 g graines de tournesol

Régale-toi avec cette délicieuse quiche aux épinards garnit de nos Lightly Roasted Pieces Garden Gourmet !

PRÉPARATION

1. Préparation

Décongeler les feuilles de pâte filo et préchauffer le four à 180 degrés.

2. Cuire la pâte filo

Graisser un moule à charnière (24 cm) avec un peu d'huile et recouvrir le fond avec la pâte filo. Cuire la pâte filo sans garniture au four pendant 5 minutes.

3. Préparer les épinards

Faire frire les épinards avec un filet d'huile et les laisser fondre. Verser l'humidité. Mettre les épinards dans un bol.

4. Faire cuire les ingrédients restants

Faire chauffer à nouveau un peu d'huile dans une poêle. Faire revenir l'oignon et l'ail hachés pendant environ 2 minutes. Ajouter ensuite les lightly roasted pieces Garden Gourmet et faire revenir encore 3 minutes.

5. Additionner tout ensemble

Ajouter l'oignon, l'ail, les lightly roasted pieces Garden Gourmet, les tomates séchées, le fromage à la crème et les œufs aux épinards et mélanger jusqu'à homogénéité.

6. Cuire la quiche

Verser le mélange dans le fond de quiche et faire cuire la quiche au centre du four environ 35-40 minutes.

7. Terminer le plat

Pendant ce temps, faire griller les graines de tournesol dans une poêle à sec et servir sur la quiche.

RETROUVE D'AUTRES RECETTES SUR GARDENGOURMET.BE/FR