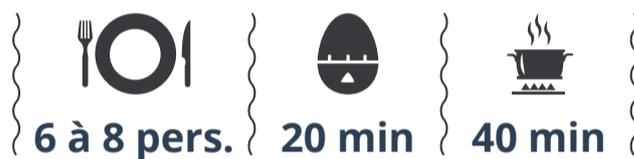




Plat

QUICHE AU SAUMON, ARTICHAUTS ET PETITS POIS



Côté conserves

- 2 boîtes de filet de saumon au naturel (250 g)
- 1 boîte de cœur d'artichauts au naturel (240 g)
- 1 petite boîte de petits pois (140 g)

Chez l'épicier

- 1 rouleau de pâte brisée
- 2 œufs
- 50 g de crème fraîche épaisse
- 100 g de ricotta
- 2 cuillerées à soupe de fines herbes ciselées : persil, cerfeuil, ciboulette
- 1 cuillerée à soupe de cacahuètes décortiquées grillées
- 6 pincées de noix muscade râpée
- sel, poivre

Préparation

- Coupez les cœurs d'artichauts en deux et égouttez-les sur du papier absorbant. Égouttez les filets de saumon, épongez-les et émiettez-les grossièrement. Égouttez les petits pois.
- Allumez le four à 180° (th. 6). Déroulez la pâte et garnissez-en un moule à tarte de 26 cm de diamètre.
- Battez les œufs dans un saladier et ajoutez la crème et le fromage. Mélangez en ajoutant les petits pois, les herbes, sel et poivre.
- Versez la préparation dans le fond de pâte et ajoutez le saumon et les artichauts, côté coupé vers l'extérieur. Parsemez de cacahuètes et glissez au four.
- Laissez cuire la quiche 35 à 40 min, jusqu'à ce qu'elle soit dorée. Retirez du four, laissez reposer 10 min avant de la démouler et de la déguster, telle quelle ou avec une salade de saison. Elle est excellente tiède ou à température ambiante.

PDF

Recette HD
disponible sur demande

Disponible sur
App Store

ANDROID APP SUR
Google play

Pour plus de recettes,
téléchargez notre application «La Conserve»

f

Suivez nous
sur Facebook