

Quiche aux courgettes et féta ou fromage de chèvre

Je préfère la féta

1 fond de tarte brisé

5 courgettes moyennes

120g féta ou ½ buche chèvre

3 œufs

20cl crème

Pignons (facultatif)

- 1) Préchauffer four à 180°
- 2) Faire cuire fond de tarte à blanc
- 3) Couper les courgettes en tranches fines et faire revenir avec un peu d'huile d'olive à feu très vif en remuant souvent
- 4) Retirer le fond de tarte du four. Augmenter la température à 200° chaleur tournante
- 5) Répartir les courgettes sur le fond de tarte. Ajouter mélange œufs, crème, peu de sel, poivre
- 6) Ajouter copeaux épais de féta (je coupe au ciseau) ou fromage de chèvre en rondelles. Ajouter pignons éventuellement.
- 7) Finir cuisson au four environ 25/30mn