

Quiche légère légère



Pour ce jeudi je vous propose une quiche qui se fait légère légère réalisée non pas avec de la crème mais avec du fromage blanc. Cette quiche était une merveille, gourmande à souhait ! Ferme et à la fois fondante, savoureuse, une pâte brisée bien croustillante ! J'ai d'ailleurs d'autres idées avec cette base de quiche !

Pour une tarte d'environ 6 personnes

Ingrédients:

Pour la pâte brisée:

250g de farine

125g de beurre bien froid

4c. à soupe d'eau glacée

1c. à café de sel

Pour la garniture:

200g de fromage blanc à 3% de MG

100g de gruyère râpé

5 oeufs

2 pincées de sel

Poivre

Préparation:

Préparez la pâte brisée:

Mettez la farine avec le sel dans le bol d'un robot, mélangez.

Ajoutez le beurre coupé en lamelles et mélangez jusqu'à l'obtention d'un sable grossier.

Ajoutez l'eau et pétrissez jusqu'à l'obtention d'une pâte souple et homogène.

Rassemblez la pâte en boule, filmez-la et entreposez au moins 30min au réfrigérateur.

Préparez la garniture:

Préchauffez le four à 180°C (th.6).

Étalez la pâte brisée sur un plan de travail fariné et garnissez un moule à tarte avec. Piquez le fond avec une fourchette.

Dans un saladier, fouettez les oeufs avec le fromage blanc et le gruyère râpé. Salez et poivrez.

Versez la préparation sur le fond de tarte et enfournez pour 30min.

Dégustez chaud, tiède ou froid.