



Quiche sans pâte modulable

Recette proposée par Vanessa dans le cadre de la Semaine européenne de réduction des déchets 2015

Ingrédients :

- 3 oeufs
- 1/4 de litre de lait
- 10cl de crème fraîche
- 2 grosses cuillères à soupe de farine
- 100g de gruyère râpé (remplaçable par des restes de fromages à pâtes durs râpés ou petits cubes de fromages à pâtes molles)
- 3 tranches de jambon (remplaçable par des lardons, des champignons, des épinards ou tout autre légume préalablement coupé en dés et cuit à la vapeur)

Réalisation :

Mélanger tous les ingrédients dans un saladier, puis verser dans un plat à tarte beurré et faire cuire 30 à 45 min à 200°C.

Astuce : utilisez vos restes pour confectionner des quiches toujours différentes !