

Quiche de Printemps

Pour 4 Personnes

| Ingrédients | Quantité |
|--------------------|----------|
| Pâte Brisée | 1 |
| Crème Fraîche | 40 cl |
| Œufs entiers | 4 |
| Lait | 20 cl |
| Parmesan râpé | 2 CàS |
| Lardons | 100 g |
| Aillet | 1 botte |
| Asperges Vertes | 1 botte |
| Fèves | 500 g |
| Petit Pois | 500 g |
| Carottes Nouvelles | 1 botte |

Ecossez vos fèves et vos petits pois, puis faites-les blanchir dans une eau bouillante salée puis pensez à les rafraichir pour en stopper la cuisson et fixer la couleur.

Faites exactement la même chose avec vos asperges et vos carottes.

Dans un saladier, battez vos œufs entiers en omelette, puis rajoutez-y votre crème fraiche et votre lait.

Mélangez bien le tout. Salez et poivrez.

Disposez votre pâte dans un plat allant au four, faites une première cuisson à blanc pendant 15 mn à 180 degrés, en déposant sur votre pâte des haricots secs.

Après ces 15 minutes de cuisson, enlevez vos haricots et, déposez vos légumes, votre aillet émincé, vos lardons, salez et poivrez, recouvrez le tout avec votre préparation,

Saupoudrez votre parmesan et enfournez 45 minutes à 180 degrés.