

Recette de Quiche aux épinards !



Ingédients pour 6 personnes :

- 1 pâte feuilletée ronde
- 500g d'épinards
- 5 oeufs
- 300ml de crème (demi-écrémée pour un résultat plus léger ou entière)
- 300ml de lait
- 150g de Gruyère râpé
- sel + poivre

1. Laver les épinards et les égoutter. Faire revenir dans une poêle avec un peu d'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils aient bien réduit. Assaisonner avec du sel. Pressez avec une spatule pour en enlever une bonne partie d'eau qui viendrait trop « mouiller » la quiche.
2. Etaler la pâte dans un moule à tarte (j'ai utilisé un moule de 28cm de diamètre). Disposer les épinards dessus.
3. Dans un bol, fouetter les oeufs avec la crème et le lait, puis ajouter le gruyère râpé. Assaisonner avec sel et poivre.
4. Verser sur les épinards. Enfourner pour 35-40 minutes de cuisson à 200°C.
5. Dégustez de préférence avec une salade :-)