

Quiche Truite brocolis

Pour 1 quiche

4-5 feuilles de brick

90g de truite fumée

1 poignée d'amandes effilées

Un petit brocoli

3 œufs

250ml de crème liquide légère

Sel, poivre

Préchauffez le four à 200°C.

Déposez les feuilles de brick dans un grand moule à tarte en les décalant les unes par rapport aux autres afin de bien tapisser tout le moule.

Faites bouillir de l'eau dans une cocotte minutes, détaillez le brocoli en fleurettes et recoupez-les en deux. Faites cuire les fleurettes de brocolis 5 minutes à la cocotte minute (à partir du moment où elle commence à siffler). Egouttez.

Mélangez la crème et les œufs, salez à votre goût et versez dans le moule, répartissez les morceaux de truite fumée et les fleurettes de brocolis sur la quiche, saupoudrez d'amandes effilées et enfournez à 200°C pendant 30 minutes.