

QUICHE AUX OIGNONS POULET ET CURRY (thermomix)



Pour mon Coup de cœur du dimanche une recette du livre "Les petits plats du soir avec Thermomix"

Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 300 g d'oignons pelés et coupés en quatre
- 1 c à c de curry
- 30 g de beurre
- 450 g de poulet rôti cuit en dés
- 170 g de lait
- 130 g de crème liquide
- 1 c à s de farine
- 3 œufs
- sel, poivre
- fromage râpé

Préparation :

- préchauffer le four à 190°C
- mettre dans le bol, les oignons, le curry et le beurre
- puis cuire 10 minutes à 120°C vitesse 1
- ajouter le lait, la crème et la farine, saler et poivrer
- mélanger 30 secondes à vitesse 4
- ajouter les œufs et mélanger 30 secondes à vitesse 2
- pendant ce temps, étaler la pâte et en garnir le moule
- répartir le poulet sur la pâte
- verser la préparation sur le poulet
- parsemer de fromage râpé
- cuire 35 minutes au four

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations

THERMOMINOUX 2018

<http://thermominoux.over-blog.com>