

# QUICHE AU POIREAU ET AU THON (thermomix)



## Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 500 g de blancs de poireaux coupés en tronçons
- 15 g de beurre
- 30 g de moutarde
- 200 g de crème
- 3 œufs
- 250 g de thon à la tomate
- 1 pincée de sel
- 2 pincées de poivre
- 150 g de gruyère râpé

## Préparation:

- préchauffer le four à 180°C
- fonder le moule à tarte avec la pâte feuilletée
- réserver au frais
- mettre dans le bol, les poireaux coupés en tronçons
- puis hacher 7 secondes à vitesse 5
- racler les parois du bol avec une spatule
- ajouter le beurre et cuire 10 minutes à 100°C en sens inverse vitesse 1
- ajouter la crème fraîche, les œufs, le thon à la tomate, le sel et le poivre
- puis mélanger 10 secondes à vitesse 2
- napper le fond de tarte de moutarde et réserver
- transvaser la garniture au poireau sur le fond de tarte
- parsemer de gruyère râpé
- puis enfourner 40 minutes à 180°C

**Vous pouvez retrouver la recette de base dans le magazine " THERMOMIX ET MOI" n°15**

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

THERMOMINOUX 2019

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