



Quiche saumon et poireaux

Description

[vc_row][vc_column width= »1/3?][vc_column_text]Le printemps est bien là, et moi, ça me donne envie de manger des quiches, ou tartes salées. Cette fois, c'est quiche saumon et poireaux. Comme d'habitude, c'est une recette qui prend peu de temps et qui plaît énormément ! Pour cette quiche, il vous faudra utiliser du saumon déjà cuit. On peut faire cuire du saumon exprès, mais aussi utiliser des restes de saumon. Pour la pâte, je fais [ma pâte à tarte express](#), et j'y ajoute du persil. C'est super bon ![/vc_column_text][vc_column width= »2/3?][vc_single_image image= »2884? img_size= »full » onclick= »zoom »][vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Recette de la quiche saumon et poireaux

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row equal_height= »yes » content_placement= »top » css= ».vc_custom_1578327110108{background-color: #f0f0f0 !important;} »][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]4-6 pers[/vc_column_text][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Préparation 20 min[/vc_column_text][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Cuisson 35 min[/vc_column_text][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Niveau facile[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row][vc_column width= »1/3?][vc_column_text css= ».vc_custom_1586885185298{background-color: #f0f0f0 !important;} »]

Ingrédients

- 1 pâte brisée ou 1 pâte à tarte express ([recette ici](#))
- 20g de beurre
- 500g de poireaux (2-3 poireaux)
- 2 cuillères à soupe de farine
- 15cl de lait
- 1 oeuf
- 300g de saumon cuit
- sel, poivre

[/vc_column_text][vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_column_text]

Etape par étape

1. Préchauffer le four à 170°C.
2. D'abord, couper les poireaux en deux, dans le sens de la longueur, puis les couper en tronçons d'environ 1 cm. Bien les laver à l'eau claire. Pour cette recette, on utilise tout le poireau : le blanc et le vert.
3. Dans une marmite à feu moyen, faire fondre le beurre et y ajouter ensuite les poireaux coupés. Couvrir et laisser cuire une dizaine de minutes. Remuer de temps en temps.
4. Une fois que les poireaux sont tendres, ajouter la farine et bien mélanger. Ajouter ensuite le lait et laisser cuire 5 minutes.
5. Intégrer l'oeuf au reste des ingrédients. Terminer par émietter grossièrement le saumon et l'incorporer.
6. Saler et poivrer.
7. Etaler la pâte à tarte dans un moule beurré, y verser le mélange à base de poireaux et laisser cuire environ 35 min.
8. Servir chaud avec une salade verte.

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Trucs et astuces pour réussir la quiche au saumon et poireaux

- Si vous voyez que la pâte en-dessous est encore crue mais que le dessus de la quiche commence à brûler, couvrez-la d'une feuille d'aluminium et continuez la cuisson.
- Pour une version plus gourmande, vous pouvez ajouter un peu de gruyère sur le dessus de la quiche, ou encore ajouter du fromage de chèvre dans le mélange au poireau (environ 150 à 200g).
- Il est très bon aussi de remplacer le saumon par du poulet émiétté. Dans ce cas, je tartine le fond de la pâte à tarte de moutarde de Dijon.

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row content_placement= »middle »][vc_column width= »1/6?][vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_message message_box_color= »mulled_wine » icon_fontawesome= »fa fa-camera » css= ».vc_custom_1578330895116{background-color: #f0f0 !important;} »]

Si vous cuisinez les recettes du blog, n'hésitez pas à prendre le résultat en photo et à le publier sur les

réseaux sociaux avec la mention @vidaypimienta ou le hashtag #vidaypimienta

Par avance merci de votre collaboration et bonne cuisine !

[/vc_message][vc_column][vc_column width= »1/6?][vc_column][vc_row][vc_row content_placement= »middle »][vc_column][vc_separator color= »mulled_wine » border_width= »3? el_width= »50?][vc_column][vc_column][vc_masonry_grid post_type= »post » max_items= »-1? style= »lazy » items_per_page= »4? show_filter= »yes » element_width= »3? gap= »10? orderby= »rand » item= »basicGrid_NoAnimation » initial_loading_animation= »none » grid_id= »vc_gid:1586883114216-fce28c8e31a335657aa2f856966944a5-6? taxonomies= »98, 184? filter_source= »category »][vc_column][vc_row]

CATEGORY

1. Coin salé
2. Entrée
3. Plat

POST TAG

1. frais et léger
2. légumes

Categorie

1. Coin salé
2. Entrée
3. Plat

Tags

1. frais et léger
2. légumes

date créée

03/05/2020

Auteur

admin

default watermark