Quiche aux bettes

4 personnes

30 min préparation

INGREDIENTS

1 botte d'oignons ciboules
1 bouquet de persil plat
2 bettes
4 œufs
25 cl de crème
100 g de chèvre frais
sel, poivre

ETAPES

1. Rincer les bettes à l'eau froide. Les couper en tronçons de 5mm d'épaisseur. Faire revenir 5 minutes dans une poêle. Saler et poivrer. Etaler les bettes sur la pâte de votre choix, puis émietter le fromage de chèvre sur les bettes.
2. Dans un bol, casser les œufs, les battre avec la crème. Saler et poivrer. Verser l'appareil sur les bettes et le chèvre.
3. Rincer le persil et les oignons ciboules. Ciseler finement une vingtaine de feuilles de persil. Emincer 3 oignons ciboules. Répartir sur la quiche et enfourner pour 25 minutes au four à 180°C.

Note concernant la pâte: Pour la recette, j'ai utilisé 5 feuilles de brick superposées, mais vous pouvez utiliser une pâte brisée ou feuilletée. Vous pouvez également faire la recette sans pâte, il suffit d'ajouter 3 cuillères à soupe de farine à l'appareil (œufs + crème) pour que la quiche se tienne bien à la découpe.