



QUICHE POIVRONS, LARDONS & CHÈVRE

Les recettes de cuisine bio du **Fenouil biocoop** par Marielle

Préparation : 25 minutes • **Cuisson** : 20 minutes • Pour **6 personnes**

Une recette de Véronique, salariée du Fenouil



INGRÉDIENTS

- 1 pâte feuilletée*
- 1 oignon rouge
- 2 poivrons (rouge + vert)
- 1 gousse d'ail
- 100 g de champignons de Paris
- 1 tomate
- 100 g de lardons
- 1 crottin de chèvre*
- 150 g de bleu d'Auvergne*
- 1 c à s de moutarde*
- 2 œufs*
- 3 c à s de crème fraîche*
- huile d'olive

*peut contenir des allergènes

PRÉPARATION

1. Émincer l'oignon, couper le poivron et les champignons en lamelles et la tomate en rondelles.
2. Faire revenir l'oignon et les poivrons dans l'huile d'olive. Dans une autre poêle, cuire les champignons avec un peu d'huile.
3. Ajouter les lardons aux champignons.
4. Cuire à part les tomates avec une gousse d'ail, sans « casser » les rondelles.
5. Préchauffer le four à 180°C puis étaler la pâte dans un moule et la badigeonner de moutarde.
6. Couper 6 ou 7 tranches de fromage de chèvre et les déposer sur la pâte avant d'ajouter la garniture (poivrons, champignons et lardons).
7. Déposer délicatement par-dessus les rondelles de tomate.
8. Découper quelques dés de bleu et les poser sur la quiche.
9. Battre deux œufs puis ajouter la crème fraîche. Mélanger le tout, saler et poivrer. Verser sur la quiche.
10. Cuire 15 à 20 minutes à 180°C.

Le Fenouil



www.lefenouil-biocoop.fr



FENOUIL SARGÉ

du lundi au samedi
de 9h à 19h
ZAC de la Pointe
Accueil : 02 43 81 87 71

FENOUIL RUAUDIN

du lundi au samedi
de 9h à 19h
Parc des Hunaudières
Accueil : 02 43 78 93 82

FENOUIL UNIVERSITÉ

du lundi au samedi
de 9h à 19h
22 bd. Louis Leprince-Ringuet
Accueil : 02 43 88 36 70

FENOUIL RÉPUBLIQUE

du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
1 b rue Gambetta
Accueil : 02 85 29 15 80

FENOUIL ATLANTIDES

du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
6 avenue d'Haouza
Accueil : 02 85 29 29 69

Retrouvez nos autres recettes sur le blog du Fenouil : www.cuisine-moi-un-fenouil.fr