

Quiche aux courgettes, saumon et mozzarella

Ingrédients : *pour 4 personnes*

1 pâte brisée
3 courgettes
150g de saumon fumé
1 boule de mozzarella
3 c à soupe de fromage
blanc 0%
1 oignon
Ciboulette
Huile d'olive



Préparation : 25 mn Cuisson : 40 mn

- Préchauffez le four à thermostat 6 (180°C)
- Râpez les courgettes et coupez le saumon fumé en lamelles. Emincez finement les oignons.
- Dans une sauteuse, faites revenir l'oignon émincé dans un filet d'huile d'olive. Ajoutez-y les courgettes râpées et laissez suer sur feu doux jusqu'à ce que toute l'eau se soit évaporée. Ajoutez alors le saumon fumé et mélangez.
- Etalez la pâte brisée dans un moule à tarte et piquez le fond à l'aide d'une fourchette. Répartissez le mélange courgettes/saumon fumé. Mélangez le fromage blanc avec la crème liquide et la ciboulette.
- Versez cette préparation sur les courgettes. Coupez la mozzarella en fines lamelles et répartissez-la sur le dessus.
- Enfournez pour 40 minutes. Servez chaud la quiche aux courgettes, saumon et mozzarella.