



Quiche sans pâte chèvre-épinards



10 minutes



35 minutes



4 personnes

Ingrédients:

- ✓ 200 g d'épinards,
- ✓ 180 g de fromage de chèvre,
- ✓ 100 g de jambon,
- ✓ 4 œufs,
- ✓ 80 g de farine,
- ✓ 40 g de gruyère râpé,
- ✓ 40 cl de lait demi-écrémé

Préparation:

- Faites décongeler, égoutter et tiédir les épinards.
- Battez les œufs, salez et poivrez.
- Versez ce mélange sur la farine.
- Fouettez et versez le lait, le gruyère, le jambon coupés en morceaux et les épinards.
- Versez le tout dans un moule et déposez des morceaux de fromage de chèvre dessus,
- Enfournez 35 minutes à 180°C.
- Dégustez 😊