



# Quiche lorraine



4  
portions



15min



45min



- ✓ 1 bouteille de 200 ml de Delical Boisson Lactée HP HC Nature
- ✓ 1 rouleau de pâte brisée
- ✓ 200 g de lardons
- ✓ 30 g de beurre demi-sel
- ✓ 3 œufs (150 g)
- ✓ 20 cl de crème fraîche
- ✓ Sel
- ✓ Poivre
- ✓ Muscade



## L' Astuce Gourmande

Rajoutez du fromage râpé à la préparation pour l'enrichir davantage. Composez des variantes en remplaçant les lardons par du poulet ou du thon. Rajoutez des tomates ou des oignons pour varier les plaisirs.

- ✓ Préchauffez votre four à 180°C (th 6).
- ✓ Étalez la pâte dans un moule et piquez-la à l'aide d'une fourchette.
- ✓ Faites cuire les lardons dans une poêle puis répartissez-les sur la pâte.
- ✓ Ajoutez quelques copeaux de beurre.
- ✓ Dans un récipient, mélangez les œufs, la crème fraîche et la bouteille de Delical Boisson Lactée HP HC Nature.
- ✓ Ajoutez du sel, du poivre et de la muscade.
- ✓ Versez le mélange sur la pâte, dans le moule.
- ✓ Faites cuire 45 à 50 min au four à 180°C.

360 kcal 20,0 g Protéines

/ Pour 200 ml