



# Quiche aux poireaux



**Mon choix.**

 Durée totale: 1 h 5 min

 Temps actif: 25 min

 Facile



## Ingrédients

Pour 4 personnes

**150 g** viande rôtie ou braisée de porc suisse (voir conseil)

**250 g** poireaux

**1 cs** beurre  
sel

**0.5 dl** bouillon de légumes

**1** pâte feuilletée ronde abaissée

**0.5** persil

**150 g** séré à la crème

**0.5 dl** lait

**3** œufs

muscade

poivre noir

**150 g** gruyère ou fromage d'Appenzell râpé

## Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

**641** kcal

**31 g** de protéines

**28 g** de glucides

**44 g** de lipides



Contient du gluten



Contient du lactose



Low Carb

## Préparation

- 1** Parer les poireaux et les couper en fines rondelles. Faire fondre le beurre dans une poêle, y faire suer les poireaux, saler, puis ajouter le bouillon. Laisser étuver à couvert pendant 5 minutes. Retirer les poireaux, les déposer sur une assiette et laisser refroidir.
- 2** Couper la viande en fines lanières.
- 3** Foncer un moule à tarte avec la pâte feuilletée. Piquer plusieurs fois le fond de tarte à l'aide d'une fourchette puis mettre au frais.

Sur [viandesuisse.ch](https://viandesuisse.ch), tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.



**Mon choix.**

- 4 Hacher le persil. Dans un saladier, mélanger le séré, le lait, les œufs et le persil, puis assaisonner avec du sel, du poivre et de la muscade.
- 5 Répartir les poireaux et la viande sur le fond de tarte, saupoudrer de fromage et napper le tout avec l'appareil à base de séré.
- 6 Faire cuire la quiche sur la grille inférieure d'un four préchauffé à 200° C (chaleur tournante) ou à 210° C (chaleur supérieure et inférieure) pendant environ 35 minutes, jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée.

#### Conseil

La recette peut également être réalisée avec des restes de saucisse grillée ou de viande cuite de poulet ou de veau.

Sur [viandesuisse.ch](https://viandesuisse.ch), tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.