



Les plats principaux

Quiche aux chicons avec jambon Magistral

Pour 4 personnes.

Ingrédients

1 paquet pâte brisée
rucola (pour garnir)
4 chicons
4 tranches de jambon cuit (Magistral)
80 grammes de fromage (râpé)
70 millilitres de fond de veau
2 cuillères à soupe de farine
300 millilitres de lait
30 grammes de beurre (+ extra)
noix de muscade
poivre
sel

Méthode de préparation

Préchauffez le four à 180°C. Coupez les chicons en deux sur la longueur et faites-les dorer dans une noix de beurre. Versez dessus le fond de veau et faites bien évaporer l'humidité. Salez et poivrez.

Beurrez un moule à quiche puis couvrez-la avec la pâte. Déposez dessus une feuille de papier sulfurisé et remplissez le moule avec des fèves de cuisson. Précuisez la quiche 10 à 15 minutes.

Faites fondre 30 g de beurre, ajoutez la farine et chauffez en mélangeant. Versez le lait petit à petit et faites épaissir. Mélangez-y la moitié du fromage. Assaisonnez de noix de muscade, poivre et sel.

Enroulez chaque morceau de chicon dans une tranche de jambon et disposez les petits rouleaux sur la quiche précuite. Recouvrez avec la sauce fromage. Saupoudrez avec le reste du fromage et enfournez la quiche encore 20 minutes. Garnissez avec la rucola.

Ustensiles de cuisine

Four
Forme à quiche

