

QUICHE AUX CAROTTES, CUMIN & BEAUFORT



Préparation : 30' + 40' de cuisson

Matériel : 1 faitout ou casserole + 1 saladier + 1 poêle

Ingrédients pour 4 personnes :

- 6 à 8 carottes
- 1 oignon
- 4 brins de coriandre + qq feuilles pour la déco
- 2 œufs
- 20 cl de lait
- 40 g de beaufort rapé
- 1 rouleau de pâte brisée
- 1 cs de graines de cumin (ou carvi selon les goûts)
- sel, poivre

Préparation

- préchauffer le four à 180°
- déposer la pâte brisée dans un moule à tarte de 24 cm de diamètre. Piquer la pâte à l'aide d'une fourchette, recouvrir de papier et de poids de cuisson. Enfourner pour 10/12', le fond de pâte doit commencer à légèrement colorer
- peler les carottes, les couper très finement dans la longueur à l'aide d'une mandoline afin d'obtenir de fines lamelles
- fouetter ensemble les œufs, le lait et le beaufort râpé dans un saladier. Saler, poivrer, ajouter les graines de cumin, les grains de coriandre hachés et l'oignon finement ciselé
- disposer les lamelles de carottes en spirale sur la pâte précuite. Verser la préparation au beaufort, puis enfourner pour 30' environ jusqu'à ce que la tarte soit bien dorée
- servir la tarte tiède ou à température ambiante, la parsemer des feuilles de coriandre restantes