



Quiche de verduras

Descripción

Quiche: Es una tarta o pastel que tiene su origen en la cocina francesa. Sus ingredientes principales son los huevos, la leche y la masa quebrada, y se cocina al horno. El relleno se puede completar con verduras, carne o diferentes tipos de queso. Esta receta es de Bruno Oteiza, un cocinero que tiene algunas recetas fáciles y sabrosas. También he hecho alguna de sus recetas de postres.

Ingredientes: (Para cuatro o seis personas).

- * 1 lámina de pasta quebrada o brisa.
- * 1 puerro grande.
- * 1 zanahoria mediana.
- * 1/2 calabacín.
- * 150 gr de setas variadas. Valen perfectamente las congeladas de Mercadona.
- * 1 loncha gruesa de jamón. El que os guste.
- * 140 gr de queso rallado variado. El que os guste.
- * 2 huevos.
- * 200 ml de leche evaporada.
- * Aceite de oliva, sal, pimienta, perejil picado, nuez moscada en polvo, puede ser rallada si es fresca.



Preparación:

Precalentamos el horno a 190°C, calor arriba y abajo. Forramos un molde desmoldable con la pasta brisa, colocamos encima el papel que trae y vertemos unos garbanzos para que la masa no suba (tengo ya unos para estos menesteres, siempre los mismos). Horneamos a 190°C, calor arriba y abajo, **colocando el recipiente de la parte media del horno hacia abajo**, para que la masa se nos dore por la parte inferior, durante 12-15 minutos.



Mientras: Troceamos el jamÃ³n, limpiamos y troceamos las verduras por separado, y las setas. Reservamos.

En una olla baja y ancha vertemos un chorro de aceite de oliva, echamos la zanahoria y esperamos a que se dore un poco, seguimos con el puerro picado, removemos, que se vaya pochando.



Incorporamos el jamón, que no se haga mucho porque queda seco, removemos y echamos el calabacín. Rehogamos hasta que veamos que está blando, añadimos las setas, sazonamos, teniendo en cuenta que el jamón lleva sal, damos unas vueltas al guiso, unos 7 minutos. Aunque no quede bien hecho, no importa, en el horno termina de hacerse.





Pasamos todo a un bol. Vertemos la leche evaporada, los huevos un poco batidos, salpimentamos, espolvoreamos el perejil. Añadimos la nuez moscada, el queso rallado (reservamos un poco para espolvorear al final) y mezclamos todos los ingredientes.

default watermark



Vertemos toda esta crema sobre la masa horneada, extendemos bien, espolvoreamos por encima el resto del queso y horneamos a 180°C durante 35 minutos en la parte media baja del horno.





Una vez hecho, sacamos, dejamos reposar unos minutos, desmoldamos y servimos.

Os confieso Â«un secretitoÂ»: Como no he encontrado ni pasta quebrada ni brisa, lo he hecho con esta masa. Me dÃ cuenta de que era rectangular cuando la abrÃ (ya sÃ© que lo pone), lo que hice fue estirla un poco con el rodillo para que me cubriera el molde redondo y las puntas sobrantes las metÃ hacia dentro del molde,

para no desperdiciar nada.

EstÃ riquÃsimo.

default watermark



Consejo: El relleno, me refiero a lo que pochamos (verduras, jamÃ³n?) lo podemos hacer con anterioridad. Dejaremos para el final le mezcla de la leche, queso? y el montaje. Ojo con el tiempo de horneado, cada horno es un mundo.

CategorÃa

1. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creaciÃ³n

marzo 1, 2016

Autor
admin

default watermark