

## Quiche au Saumon et pointe d'asperge

### Pour 6 personne(s)

- Pate brisée : 200 g
  - Asperges vertes : 500 g
  - Chair de saumon : 400 g
  - Crème fraiche : 50 cl
  - Œufs : 6
  - Gruyère râpé : 125 g
  - Muscade, sel, poivre
- 

#### 1) Préparation du support

Garnissez un moule à tarte de la pâte.

Piquez le fond et précuisez la pâte à four préchauffé à 180°(th 6) pendant 10 minutes.

2) Préparation des asperges , Epluchez les asperges et faites les cuire dans de leau bouillante salée. Égouttez-les!

3) Cuisson : Répartissez le gruyère râpé sur le fond de la tarte. Coupez le saumon et les asperges, une fois cuites, en morceaux et garnissez le fond de tarte avec.

Battez la crème fraîche avec les œufs entiers et ajoutez du sel, du poivre et de la muscade.

Versez cette préparation sur la tarte et enfournez 20 minutes à 180°(th 6); Servez immédiatement.

[www.sene.name](http://www.sene.name)

## Quiche au Saumon fumé et aux herbes

### Pour 8 personne(s)

- Pate brisée : 200 g
  - Saumon Fume : 400 g
  - Crème fraiche : 50 cl
  - Œufs : 4
  - une botte de ciboulette, une botte de cerfeuil, pas de sel
  - poivre
- 

#### 1) Préparation du support

Garnissez un moule à tarte de la pâte.

Piquez le fond et précuisez la pâte à four préchauffé à 180°(th 6) pendant 10 minutes.

2) Préparation Coupé le saumon en bande de 3cm, Mélanger les œufs, la crème fraîche, les herbes et le poivre

3) Cuisson : Répartissez sur le fond de la tarte précuit. le saumon et ensuite couvrir le mélange

Versez cette préparation sur la tarte et enfournez 20 à 30 minutes à 180°(th 6); Servez immédiatement.

[www.sene.name](http://www.sene.name)