fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Quiche lorraine bez cukru - przepis

Cienki spód utrzymuje śmietanowo-jajeczne nadzienie z boczkiem i serem. Po pieczeniu tarta musi odpocząć, aby kawałki zachowały kształt.

Porcje: 8 porcji

Składniki

Ciasto brisée

- 160 g mąki pszennej typu 00
- 80 g zimnego masła
- 60 g lodowatej wody
- 1 szczypta soli
- masło i mąka do formy

Nadzienie

- 200 g wędzonego boczku w kostkach
- 2 średnie jajka
- 2 żółtka
- 200 g crème fraîche lub kwaśnej śmietany
- 200 g pełnego mleka
- 120 g sera Gruyère
- 1 szczypta mielonej gałki muszkatołowej
- sól i pieprz do smaku

Przygotowanie krok po kroku

Ciasto brisée

1. Zmiksuj mąkę z kostkami zimnego masła na drobne okruszki.

2. Dodaj wodę i sól, zmiksuj. Krótko zagnieć, spłaszcz i rozwałkuj między arkuszami papieru do średnicy 30 cm. Schładzaj 30 minut.

Nadzienie i pieczenie

1. Wrzuć boczek do wrzątku; od ponownego zagotowania odlicz 1 minutę. Odcedź, ostudź. Grubo zetrzyj ser.

2. W wysokim naczyniu połącz jajka, żółtka, mleko, śmietanę i przyprawy blenderem ręcznym lub widelcem.

3. Natłuść i oprósz mąką formę 24 cm. Wyłóż ciastem, płytko ponakłuwaj bez przebijania. Rozłóż boczek, ser, wlej masę.

4. Piecz w nagrzanym piekarniku, góra-dół, 170°C przez 30-35 minut, do zrumienienia i upieczenia. Przed krojeniem ostudź, aż nadzienie się ustabilizuje.

Źródło przepisu: https://www.soniaperonaci.it/quiche-lorraine/