

Quiche courgettes feta-ricotta à la menthe

Pour 4 personnes

Préparation : 15 minutes

Cuisson : 45 minutes

Ustensiles

- 1 saladier
- 1 poêle antiadhésive
- 1 plat à tarte

Cuisson

- 1 plaque chauffante
- 1 four traditionnel

Ingrédients

- 1 oignon
- 2 courgettes
- 1 pâte feuilletée toute prête
- 1 tranche de feta (200 g)
- 1 pot de ricotta (250 g)
- 3 oeufs
- 12 feuilles de menthe fraîche
- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre



Préchauffe le four à 180 °C (th. 6).

Pèle et coupe l'oignon en dés. Commence à le faire blondir à feu doux dans la poêle huilée.

Pendant ce temps, lave et coupe les courgettes en lamelles et ajoute-les dans la poêle. Tu remues de temps en temps et tu sales et poivres à la fin quand tout est bien doré.

Déroule la pâte feuilletée sur le plat à tarte (avec son papier cuisson) et pique-la de part en part à l'aide d'une fourchette.

Mélange la feta et la ricotta avec les œufs dans le saladier, ajoute la moitié de la menthe hachée, sale... peu, poivre... bien. Verse sur le fond de tarte puis répartis les légumes légèrement refroidis.

Enfourne pendant 30 minutes.

Dispose le reste de menthe hachée et déguste tiède ou froid.