

La recette. Quiche à la courge et au roquefort.

Ingrédients :

- 1/2 courge longue de Nice
- 200 g de Roquefort
- 1 oignon jaune
- 4 oeufs
- 50 cl de lait
- 2 cuillères à soupe de curcuma
- 2 pincées de noix de muscade
- 2 pincées de thym
- 1 filet d'huile d'olive
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre

Préparation

- Faites revenir l'oignon jaune émincé dans une grande cocotte avec de l'huile d'olive.
- Coupez la courge en petits morceaux fins, puis ajoutez dans la cocotte lorsque l'oignon est blondi. Si vous utilisez une courge longue de Nice mûre, il se peut que vous ayez besoin d'un peu moins de la moitié de la courge : en gros, veuillez à ne pas prévoir plus que haut que le bord du plat à tarte !
- Ajoutez le curcuma, une pincée de noix de muscade, deux pincées de thym, le sel et le poivre.
- Mélangez sur feu vif pendant quelques minutes.

- Ajoutez ensuite de l'eau à peu près à la moitié des morceaux de courge (ou aux 3/4).
- Laissez mijoter en tournant régulièrement pendant 20 minutes.
- Pendant ce temps, dressez votre pâte à tarte dans un moule préalablement beurré ou huilé.
- Préchauffez le four à 220°C (thermostat 7).
- Dans un saladier, cassez les oeufs, mélangez-les énergiquement au fouet.
- Ajoutez le lait, une pincée de noix de muscade, du sel.
- A l'aide d'un écumoire, récupérez toute la courge et les oignons cuits, répartissez-les sur la pâte à tarte, ajoutez la préparation aux oeufs.
- Ajoutez le roquefort grossièrement émietté sur le dessus.
- Enfournez environ 40 minutes, à 200°C, selon votre four. C'est cuit lorsque c'est doré !