

Quiche aux asperges et au jambon

Temps de préparation : 40 minutes

Temps de cuisson : 40 minutes

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 200 g de farine
- 100 g de [beurre](#) coupé en dés
- 1 pincée de [sel](#)
- 5 cl d'eau
- 400 g d'[asperges](#) blanches
- 100 g de jambon coupé en dés
- 3 [oeufs](#)
- 20 cl de crème liquide
- 2 cuillères à soupe de [fromage](#) râpé
- sel, [poivre](#) et noix [muscade](#)

Préparation de la recette :

Préparez la [pâte Brisée](#) : Emiettez la farine et le beurre du bout des doigts, ajoutez le sel, l'eau et amalgamez le tout. Ecrasez la pâte pour bien incorporer le beurre et roulez-la en boule. Emballez dans du film alimentaire et réservez 1 h au frais.

Pelez les asperges, faites-les cuire à l'eau bouillante salée de 15 à 25 minutes. Egouttez-les soigneusement sur un linge.

Préchauffez le four à 240°C (thermostat 8).

Étalez la pâte au rouleau et disposez-la dans un moule à tarte. Piquez le fond à la fourchette, couvrez-le de papier d'aluminium et recouvrez de haricots secs ou de pois chiches. Faites cuire la pâte ainsi 15 minutes.

Retirez papier et haricots.

Baissez le four à 220°C (thermostat 7-8).

Déposez les asperges et le jambon sur le fond de tarte. Battez les oeufs à la fourchette avec la crème, ajoutez le fromage et assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade râpée. Versez le mélange sur les asperges et enfournez 25 minutes.

Servez la [quiche](#) chaude ou tiède.

Remarques :

Remplacez le jambon blanc par du jambon cru pour changer. On peut aussi ajouter un jaune d'oeuf à la pâte pour qu'elle soit plus croustillante.

