QUICHE AU WAKAMÉ

Ingrédients

3 à 4 cuillères à soupe de wakamé déshydraté
1 pâte feuilletée (à température ambiante)
3 oeufs
25 cl de crème fraîche et / ou lait
2 cuillères de tartare d'algues déjà préparé

Préparation

Rehydrater le wakamé quelques minutes Essorer
Etaler la pâte dans un moule à tarte et piquer le fond avec une fourchette
Il est possible de faire un début de cuisson pour conserver le croquent de le pâte feuilletée: Pas plus de 5 minutes !
Mélanger les 3 oeufs à la crème fraîche puis ajouter le tartare d'algues au mélange pour donner du goût Assaisonner à votre convenance
Répartir les morceaux de wakamé sur le fond de tarte et verser dessus la préparation
Il possible d'ajouter des miettes de poisson cuit (saumon par exemple)

Cuisson

Plus ou moins 30 minutes dans un four pré-chauffé à 180°

Recette proposée par Brigitte G
Troc-Recettes du 15/1/2016