



# FRITTATA AUX LÉGUMES ET GIROLLES



## QimiQ AVANTAGES

- Stable à la cuisson
- Goût savoureux avec moins de matières grasses
- Préparation simple et rapide
- Peut être réchauffé sans problème



25



simplement

## INGRÉDIENTS POUR 1 MOULE À TARTE, Ø 28 CM

<b>250 g</b>	QimiQ Base crème
<b>8</b>	Tranche(s) de pain noir, coupé en 0,5 cm d'épaisseur
<b>600 g</b>	Courgette(s), coupé en tranches
<b>300 g</b>	Girolles, surgelées
<b>90 g</b>	Oignon(s) rouge(s) , coupé fin
<b>350 g</b>	Poivron rouge, coupé en julienne
<b>10 g</b>	Ail, haché
<b>10 g</b>	Sel
<b>pincée</b>	Poivre
<b>pincée</b>	Noix de muscade, moulues
<b>pincée</b>	Cumin, moulues
<b>40 ml</b>	Huile d'olive
<b>7</b>	Œuf(s)
<b>600 g</b>	Pommes de terre, pelées, coupé en fines tranches

## PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 170° C (air chaud).
2. Recouvrir le fond du moule des tranches de pain noir.
3. Griller les tranches de courgettes des deux côtés dans de l'huile d'olive. Retirer et laisser égoutter sur du papier essuie-tout.
4. Faire sauter les girolles, les oignons rouges, les piments rouges et les épices brièvement dans de l'huile d'olive.
5. Fouetter le QimiQ Classic jusqu'à l'obtention d'une masse lisse. Ajouter les œufs et bien mélanger. Assaisonner avec du sel et du poivre.
6. Mettre en couches les pommes de terre, les courgettes et la masse de champignons de manière alternante et y verser le mélange de QimiQ et des œufs. Laisser cuire au four préchauffé pendant env. 25 minutes.