



# Quiche aux herbes et aux courgettes

 **Temps de préparation**  
> 1h

 **Difficulté**  
Facile



## Ingrédients

1 pâte sablée (ou feuilletée prête à l'emploi)  
2 échalotes (émincées)  
1 tiret d'huile d'olive  
1 courgette (en dés)  
2 brins de romarin (ciselées)  
2 brins de thym (effeuillées)  
1 gousse d'ail (v)  
5 œufs  
2 décilitres de crème entière  
60 grammes de parmesan (râpé)  
60 grammes de gruyère (râpé)  
sel et poivre  
noix de muscade  
1 bouquet ciboulette (ciselée)

## Méthode de préparation

- 1.** Tapissez un moule à tarte beurré et fariné avec la pâte. Repliez le bord de la pâte sur les bords du moule. Couvrez-la d'une feuille de papier sulfurisé et d'une tasse de perles de cuisson, de haricots secs ou de riz. Laissez cuire pendant 15 minutes dans un four préchauffé à 200 °C. Retirez le papier sulfurisé et son contenu. Baissez la température du four à 180 °C.
- 2.** Faites blondir les échalotes dans de l'huile d'olive. Ajoutez les courgettes, le romarin et le thym. Faites revenir le tout et ajoutez l'ail. Remuez encore un peu et retirez les courgettes du feu.
- 3.** Dans un bol, fouettez les œufs et la crème pour obtenir un mélange homogène.
- 4.** Ajoutez les deux types de fromage et assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade.



- 5.** Répartissez les courgettes sur le fond de tarte et nappez-les du mélange aux œufs.
- 6.** Faites cuire au four pendant 50 minutes. Laissez refroidir un peu et servez la quiche tiède ou froide.