



158g



Moyen



15mn



40mn



Facile



S'AVE

Grammage du GEMRCN
ADO

Quiche n'est pas Lorrain

**Alternative
végétale pour un
plat réconfort
traditionnel**

Coût portion (prix 100%bio) :

1.14€ / 158g

VN portion

Kcal 337

Kjoules 1412

Protéines 21g

Glucides 24.8g

P/L 2.69

Mg 1.6g

Mg sat 7.8g



Ingrédients

- Pâte brisée : 4kg
- Oeuf : 5lt
- Crème fraîche : 1kg
- Lait 1/2 écrémé : 2lt
- Rôti végétal
Yamonné lardonné
3kg
- Gruyère râpé : 800 g
- Epices: Muscade ou
Curry (Optionnel)
- Sel/Poivre

Ingrédients pour 100 convives

- 1** Faire rissoler les lardons Rôti Végétal bio Yamonné dans un peu d'huile 1 à 2mn, réserver
- 2** Foncer les bacs GN avec la pâte brisée, piquer à la fourchette..
- 3** Préparer l'appareil : mélanger les oeufs, crème, lait, épices (option) sel, poivre au batteur..
- 4** Répartir les lardons rissolés sur les fonds de pâte. Parsemer la moitié du fromage rapé. Verser l'appareil à quiche uniformément. Terminer par le reste de fromage sur le dessus
- 5** Four préchauffé 180°C convection. Enfourner 35-40mn jusqu'à ce que l'appareil soit bien doré et légèrement gonflé