

Quiche sans pâte thon et poireaux



6 personnes



Environ 55 min

Ingrédients

- 2 oeufs
- 1/2 L de lait
- Sel, poivre
- 100g de farine
- 1 boîte de thon
- 750g Poireau frais ou surgelé



Égoutter le thon

Faire revenir les poireaux

Casser les oeufs puis les battre

Ajouter dans le saladier la farine et le lait

Ajouter le thon et les poireaux à la pâte

Saler, poivrer

Verser la préparation dans un moule et faire cuire au four 45 min