

Quiche de Brócoli

Tiempo de preparación: 90 Min



Ingredientes

Masa

Agua: 20 c.c.

Huevo: 1 unidad

Sal: 1 cdta

Harina 0000: 250 Gramos

Manteca: 125 Gramos

Relleno

Cebolla: 1 unidad

Huevos: 3 Unidades

Brócoli: 1 Unidad

Queso pategras: 100 Gramos

Espinaca: 1/2 Atado

Queso Parmesano: 100 Gramos

Crema: 1 Taza

Preparación de la Receta

Masa

- Procesar *harina*, *manteca* fría, *huevo*, sal y agua hasta que se despegue y se forme un bollo.
- Dejar descansar en frío por 30 minutos.
- Estirar con palote espolvorando con *harina* y fonzar una tartera desmontable enmantecada y enharinada.
- Llevar a horno por 10 minutos a 180° C.

Relleno

- Limpiar las flores y cortar en bocados medianos.

- Cocinar en agua hirviendo con sal hasta *blanquear* (5 minutos)
- En sartén con aceite de oliva rehogar *cebolla* picada hasta ablandar.
- En un bowl mezclar huevos, *crema*, sal, pimienta y batir un poco.
- Agregar queso pategras rallado grueso, parmesano rallado, la *cebolla* rehogada y reservar.

Armado

- Colocar en la base de la tartera con la masa blanqueada los flores de **brócoli**, hojas de *espinaca* rotas con las manos y completar con el ligue de huevos, *crema* y queso.
- Cocinar en horno por 30 minutos a 180° C.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/quiche-de-brocoli>