

Quiche aux asperges et filet mignon fumé



3 feuilles de pâte filo
100g de lait
150g de crème entière liquide
3 œufs
Quelques feuilles de basilic
1 morceau de parmesan
400g d'asperges
1 morceau de filet mignon fumé
Sel et poivre



Pour l'appareil à quiche : mixer ensemble le lait, la crème, les œufs, saler, poivrer, réserver.



Denis Hauchard

Quiche aux asperges et filet mignon fumé

Eplucher les asperges et les cuire 6 minutes dans de l'eau bouillante salée. Déposer dans de l'eau glacée à la fin de la cuisson. Egoutter sur un papier absorbant.

Déposer dans un moule beurré, 3 feuilles de pâte filo en déposant au pinceau une légère couche d'huile entre les feuilles.

Déposer les asperges dans le fond du moule.



Recouvrir les asperges avec l'appareil à quiche, puis déposer des fines tranches de filet mignon fumé. Saupoudrer de parmesan râpé puis parsemer les feuilles de basilic.



Replier les feuilles de filo vers le centre de la quiche.
Cuire à four moyen 180°C pendant 40 minutes environ.



Couper les parts et servir sur une salade de chou rouge râpé.