

**Temps de cuisson :** 30-40 minutes

**Temps de préparation :**

**Degré de difficulté :** Facile

**Portion :**



## Quiche

### Ingrédients de base pour deux quiches

- 6 oeufs (entre 1,15 \$ et 1,50 \$)
- 473 ml de crème 5 % à 15 % pour cuisson (entre 2,50 \$ – 3 \$)
- 2 abaisses (entre 2,50 \$ – 3,49 \$)

### Ingrédients pour une quiche au jambon

- 2-3 asperges (0.75 \$)
- 100 grammes de jambon coupé en dés (1 \$)
- 50 grammes de fromage cheddar râpé (0.50 \$)

### Ingrédients pour une quiche aux champignons

- 4-5 champignons blancs (de Paris) coupés et cuits dans la poêle (1 \$)
- 50 grammes de fromage cheddar râpé (0.50 \$)

### Marche à suivre :

1. Préchauffer votre four à 350 F.
2. Faites cuire vos fonds de tartes selon les indications sur l'emballage ou de votre recette.
3. Pendant ce temps, battre les oeufs et la crème dans un bol et réserver.
4. Couper et cuire vos ingrédients.
5. Diviser la préparation en deux dans deux bols différents et mélanger les ingrédients de chaque sorte de quiche dans les bols appropriés.
6. Lorsque les fonds de tartes sont cuits, remplir avec la préparation aux oeufs.
7. Cuire pendant 30 à 40 minutes.
8. Servir avec une bonne salade!