

# Quiche printanière petits pois chèvre

A la maison, je fais attention (j'ai failli dire ON, ha ha ha l'erreur) mais j'adooore faire des choses gourmandes à chéri. (Pour pouvoir après piocher dans son assiette hihi, comme si ça ne comptait pas parce que ce n'était pas mon plat 😊 ). J'ai littéralement craqué sur la photo de la quiche printanière de [Maryse et Cocotte](#), qui réalise toujours de magnifiques recettes.

J'adore l'idée d'une quiche très haute, qui semble de suite tellement gourmande.



*Quiche printanière*

Voyez vous qui se cache sur la photo?

Au goût, mes bonnes impressions visuelles ont été confirmées :

c'était trop bon! Je n'arrêtais pas de me recouper de "mini parts" pour me donner bonne conscience...En plus de ce que je piquais dans l'assiette de chéri hihi!



**Pour une quiche printanière  
d'environ 18 cm de diamètre et 7 cm  
de hauteur**



## **Pour la pâte**

- 250 g de farine
- 125 g de beurre froid
- 1 oeuf
- 40 g d'eau
- 1 cuillère à thé ou une petite cc de sel
- Epices (, herbes..)

## **Pour la garniture**

- 5 oeufs
- 25 cl de crème liquide ((allégée ou pas))
- Sel (, poivre)
- Ciboulette fraîche
- 150 g de petits pois surgelés
- 50 g d'épinards en branches cuits ((facultatif mais il m'en restait))
- 300 g de bûche de chèvre

## **Préparation de la pâte**

- Versez dans le bol de robot la farine avec le sel et les éventuelles herbes ou épices, mélangez
- Lancez votre robot muni de la feuille K à petite vitesse. Ajoutez le beurre froid coupé en dés progressivement.
- Lorsque le mélange est homogène et sableux, ajoutez l'oeuf
- Quand celui ci est bien incorporé, ajoutez l'eau en deux fois . Augmentez la vitesse du robot pour quelques secondes, et stoppez dès que la pâte est homogène. Il ne faut pas trop travailler la pâte sinon elle deviendra élastique et se rétractera à la cuisson
- Recouvrez votre pâte de film alimentaire et gardez la au moins 30 minutes au réfrigérateur

## Pour l'appareil à quiche

- Faites cuire vos petits pois dans de l'eau bouillante salée selon les instructions du paquet. (en général, 8 minutes environ). Stoppez la cuisson dans de l'eau froide
- Dans un saladier, fouettez la crème et les oeufs , puis assaisonnez. Ajoutez la ciboulette ciselée puis le chèvre coupé en dés (en gardant quelques rondelles intactes pour le dessus de la quiche)
- Préchauffez votre four à 200°C
- Sortez votre pâte du frigo et étalez la sur environ 4 mm d'épaisseur environ
- Foncez votre moule en gardant des bords bien hauts . Il faut que la pâte adhère bien au moule, qu'elle soit lisse et qu'il y ait un angle bien net entre sa base et ses bords. Piquez la avec la pointe d'une fourchette
- Ajoutez les petits pois égouttés à la garniture puis versez le tout sur la pâte
- Coupez le surplus de pâte environ 0,5 cm au dessus de la garniture
- Enfournerez votre quiche printanière pour une trentaine de minutes, puis disposez vos rondelles de chèvre restantes sur la surface de la quiche, avant d'enfourner à nouveau pour 15 à 20 minutes .
- Sortez votre quiche du four lorsque la pâte est bien cuite, la surface dorée et que l'appareil ne bouge plus lorsque vous secouez le moule. La pointe d'un couteau ressort sèche