

## Quiche aux courgettes



Bien qu'elle soit toujours consommée dans des plats salés, la courgette est un fruit, et la reine incontestée de la cuisine méditerranéenne ! Retrouvez-la dans une tarte aux saveurs croquantes, avec une étonnante touche de curry qui se marie divinement aux herbes de Provence...

### Ingrédients

#### La pâte :

250 grammes de farines  
125 grammes de beurre ramolli  
1 cuiller à café de curry en poudre  
3 cuillers à café d'herbes de Provence  
1 pincée de sel  
1 œuf entier

#### La quiche :

400 grammes de courgettes  
100 grammes de crème fraîche  
3 œufs entiers  
90 grammes de gruyère râpé  
90 grammes de riz basmati préalablement cuit à la vapeur  
1/4 cuiller à café de curry  
sel et poivre

### Préparation

1. Faire la pâte brisée en mélangeant tous les ingrédients et laisser reposer au réfrigérateur pendant une demi-heure.
2. Placer la pâte dans un moule à tarte beurré et faire précuire pendant 15 minutes à 180°C. Retirer du four et laisser refroidir.
3. Laver les courgettes et les découper en fines rondelles.
4. Mélanger la crème fraîche avec les œufs, le gruyère et le curry. Saler et poivrer.
5. Disposer sur la pâte une couche de riz basmati précuit, puis placer par-dessus les rondelles de courgettes et ensuite le mélange de crème, œufs et gruyère.
6. Enfourner pendant 50 minutes à 180°C.

**Bon appétit!**