

Doradca Smaku VI: Quiche ze szpinakiem i suszonymi pomidorami, odc. 9



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Składniki

młody szpinak	400 g
cebula	1
ząbki czosnku	2
suszone pomidory	8
oliwki zielone	15
oliwki czarne	15
kapary całe Smak	1 łyżka
ser feta	200 g
jajko	6
śmietana 30%	1/2 szklanka
ciasto filo	6 płatów
masło	130 g
oliwa	
rukola	2 garść

Do smaku

Sól morska jodowana drobnoziarnista Prymat

Pieprz ziołowy mielony Prymat

Gałka muszkatołowa mielona Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Cebulę i czosnek kroimy w kostkę, a następnie smażymy na oliwie rozgrzanej z 1 łyżką masła. Dodajemy szpinak mieszamy i doprawiamy do smaku solą i pieprzem ziołowym.

W misce łączymy jajka ze śmietaną, doprawiamy do smaku solą i gałką muszkatołową. Miksujemy do uzyskania jednolitej konsystencji.

Formę do pieczenia smarujemy 1 łyżką masła. Pozostałe masło rozpuszczamy i odstawiamy do ostygnięcia. Na formę kładziemy płat ciasta filo tak, aby wystawał poza nią i smarujemy za pomocą pędzelka rozpuszczonym masłem. Czynność powtarzamy z pozostałymi płatkami ciasta.

Farsz z patelni układamy na cieście, dodajemy pokrojone w paski suszone pomidory, oliwki, kapary i posypujemy pokruszonym serem feta. Całość zalewamy masą jajeczno-śmietanową. Wystające za rant formy ciasto zawijamy do środka i smarujemy roztopionym masłem. Pieczemy przez 1 godzinę w piekarniku rozgrzanym do 180°C.

Rukolę skrapiamy oliwą, mieszamy i wykładamy na upieczony i wystudzony quiche.