



QUICHE DE MONIATO I CARBASSA

INGREDIENTS

- 1 massa brisa o pasta de full
- 1 ceba
- 300g de carbassa tallada a daus
- 1 moniato gran o 2 moniatos petits
- 3 ous
- 2 iogurts grecs
- 1 mida de iogurt, de llet de vaca
- Formatge ratllat

Com ho fem?

- Enfornem la pasta brisa tal com ens indiquen a l'envàs
- Mentre tenim la pasta brisa al forn fent la primera cocció, anem fent els moniatos i la carbassa, tot tallat a daus. Podem aprofitar que tenim el forn engegat, o bé ho podem fer a la paella.
- Un cop els tubercles estiguin cuits, sofregirem una ceba tallada a daus petits en una paella amb una mica d'oli
- Un cop la ceba estigui feta, hi afegirem els moniatos i la carbassa i li donarem un parell de voltes.
- Ara només ens falta barrejar els ingredients líquids: els ous, els 2 iogurts grecs i el got de llet. Un cop ho tinguem ben barrejat, hi afegim els tubercles amb la ceba.
- Quan la massa ja estigui cuïta, la treurem del forn. Afegim el farcit que ja tindrem llest i rectificat de sal, i hi posarem el formatge ratllat per sobre.
- Esperarem de 15 a 20 minuts amb el forn a 180°C. Quan la quiche estigui daurada per sobre, vol dir que ja la tenim llesta