

## Les **RECETTES LORRAINE** de **TOUT-METZ.COM**

### LA QUICHE LORRAINE

La **quiche lorraine** a été adoptée par tous les français depuis bien longtemps, elle fait partie du **patrimoine culinaire français**.



La recette de quiche lorraine présentée ci-dessous intègre du fromage, cet ingrédient peut être retiré de la recette.

Préparation : 15 minutes	Cuisson : 30 minutes max.
Difficulté : 3/10	Ustensiles : classiques
Coût : moins de 10€	Saison : toute l'année

### Ingrédients

Pour **4 à 6 personnes** :

- 1 rouleau de pâte feuilletée
  - 3 œufs entiers
  - 30 cl de crème fraîche
  - 25 cl de lait
  - 300 g de lardons fumés
  - 150 g d'emmental râpé
  - Sel, Poivre, Muscade
-

## Ustensiles de cuisine

**Pour préparer une quiche lorraine**, munissez vous du **matériel** suivant :

- 1 batteur électrique ou un fouet
  - 1 moule à tarte
  - 1 saladier
  - 1 poêle
  - 1 fourchette et 1 couteau
- 

## Préparation

- sortez la pâte feuilletée du réfrigérateur 30 minutes avant sa cuisson pour pouvoir la dérouler plus facilement
- préchauffer le four à 250°C pendant 10 minutes ( thermostat 8 ) avant de mettre au four
- en accompagnement, si vous en avez, préparez une salade avec sa vinaigrette

*Pratique : ouvrez notre [page de conversion des unités de mesures culinaires](#) !*

---

## Elaboration

- étalez la pâte feuilletée dans le moule à tarte
- piquez la pâte un peu partout avec une fourchette pour éviter que celle-ci ne gonfle
- faites cuire les lardons dans une poêle à feu vif pour les dorer, puis égouttez-les pour retirer la graisse
- cassez les 3 oeufs dans le saladier puis versez la crème fraîche
- mélangez les oeufs et la crème fraîche avec un fouet
- ajoutez progressivement le lait, tout en continuant à mélanger avec le fouet
- ajoutez le Sel, le poivre et la Muscade
- étalez les lardons un peu partout sur la pâte
- Versez votre mélange sur les lardons
- ajoutez une fine couche d'emmental râpé

La recette en ligne sur : <http://tout-metz.com/recette/quiche-lorraine/>



- mettez la Quiche Lorraine au four, pour un maximum de 30 minutes à 250°C
- après 25 minutes piquez la quiche avec un couteau, s'il ressort sans traces de crème fraîche, la quiche est à point
- pour donner plus de craquant, passez votre four en mode grill et laissez la quiche dorer 5 min. Attention à ne pas brûler le dessus de votre quiche, surveillez votre cuisson pendant cette dernière phase
- c'est prêt !

**Bon appétit !**

***Conseils***

Servir avec un vin rouge : Pinot, Bourgogne ou Bordeaux.