

Extrait du Recette de Cuisine

<http://www.abc-recette.fr>

Quiche au poulet

- Recettes Salées - Quiches et Tourtes -



Ingrédients :

1 Pâte feuilletée
2 blancs de poulet
5 Sufs + 1 pour dorer
1/2 bouquet de persil
3 gousses d'ail
50g de riz
1 bouquet garni
20g de beurre
2 cubes de bouillon de poulet
Poivre noir en grain et en poudre
100g de fromage blanc

Préparation :

Faites durcir 3 Sufs.

Faites cuire les morceaux de poulet dans 2 verres d'eau avec les cubes, le bouquet garni et quelques grains de poivre noir, égouttez et réservez le bouillon.

Faites revenir le riz dans 20 g de beurre, mouillez avec 2 fois 1/2 son volume avec le bouillon dans lequel à cuit le poulet.

Laissez cuire jusqu'à absorption de tout le jus.

Émiettez la chair du poulet, mélangez-la avec le riz, le persil haché, le fromage, les Sufs durs coupés, rectifiez l'assaisonnement, ajoutez 2 Sufs crus battus.

Étalez les 2/3 de la pâte en une mince couche, façonnez votre pâte, relevez les bords, versez votre mélange et couvrez avec le reste de pâte, décorez avec les chutes coupées en bandelettes, dorez à l'Suf et faites cuire au four 45 à 50 minutes.

Suggestions : Vous pouvez ajouter 100g de champignons dans le riz en le cuisant.