

## QUICHE DI CARCIOFI E CIPOLLE DI TROPEA

### Ingredienti

- sale
- 4 uova
- latte (2ml)
- burro (40gr)
- groviera (30gr)
- speck (50gr)
- grana grattugiato (50gr)
- pepe verde
- 2 cipolle rosse
- ricotta (50gr)
- Cuori di Carciofi Findus
- Sfoglia Leggera Findus

### Come si prepara

Stendere la pasta scongelata aiutandosi con il matterello e ricavandone una sfoglia di tre millimetri di spessore.

Imburrare uno stampo rotondo e foderarlo, pareti comprese, con la pasta formando ai bordi un cordoncino. Riempire lo stampo con fagioli secchi.

Cuocere in forno pre riscaldato a 200 gradi per 15 minuti.

Appassire le cipolle rosse di Tropea tritate finissime in un tegame con il burro caldo rimasto, salare.

Appassire i carciofi in olio caldo, salarli e sminuzzarli con cura e mescolarli alle cipolle, quindi aggiungere lo speck a listarelle.

Pestare il pepe verde e aggiungerlo alle cipolle.

Lavorare in una ciotola la ricotta e poi aggiungerci una alla volta le uova, amalgamare con il latte, salare e incorporarvi metà del gruviera.

Togliere lo stampo dal forno, rimuovere i fagioli e farcire la crostata con la crema di ricotta e le cipolle.



Spolverizzare con il rimanente gruviera e rimettere in forno a 200 gradi per 10 minuti o fino a che la quiche sia colorita.

**Difficoltà: 3**

## Tabella nutrizionale

Valore energetico	225 kcal 942 kJ
-------------------	--------------------

## Tags

occasioni speciali, pizze, caldi, feste, torte rustiche, mediterranea