



Quiche porri e salmone



Ingredienti

- 1 confezione di Pasta Sfoglia Rotonda
- 2 Porri
- 1 Zucchina
- 150 g di Salmone
- 200 ml di Panna
- 2 Uova
- 2 Pomodori
- 2 cucchiaini di Formaggio grana grattugiato

Preparazione

1. In una padella rosolate il porro tagliato a julienne e le zucchine tritate, nel burro, salate e pepate a fine cottura. In una ciotola sbattete le uova con la panna, unite il formaggio, il basilico, sale, pepe e noce moscata. Con la pasta sfoglia foderate una tortiera mantenendo la sua carta da forno. Coprite il fondo con le striscioline di salmone poi con le verdure. Infine versate il composto di uova e infornate a 200° per 25 minuti. Servite con il pomodoro privato dei semi e spellato, tagliato a cubetti e saltato in padella a fuoco alto con olio, sale e pepe e basilico.

Informazioni nutrizionali

carboidrati	15.95 g
Energia	191.36 kcal
grassi	9.62 g
Fibra	1.55 g
Proteine	9.86 g
Grassi saturi	3.66 g
Sodio	187.19 mg
zuccheri	187.19 mg

🕒 40

👤 8 8 persone