



Quiche di bris e leggera  
con zucchine e salmone  
affumicato



## Ingredienti

- 1 confezione di Pasta Bris e Leggera
- 3 Uova
- 60 g di Ricotta
- 3 Zucchine
- 100 g di Salmone affumicato
- 40 g di Parmigiano grattugiato
- Sale q.b.
- Pepe q.b.
- Menta q.b.

## Preparazione

1. Preriscalda il forno a 200°C in modalit  statica (calore sopra e sotto).
2. Srotola la pasta e sistemala in una teglia rotonda con la sua carta da forno.
3. In una ciotola mescola 3 uova, 60 g di ricotta, 40 g di Parmigiano grattugiato, 3 zucchine grattugiate e ben strizzate, e 100 g di salmone affumicato tagliato a striscioline (tenendone da parte alcune per la decorazione finale). Condisci con sale e pepe, quindi versa il composto nel guscio di pasta.
4. Cuoci in forno per circa 30-35 minuti e, una volta pronta, decora con nastri di zuccina, qualche fogliolina di menta fresca e le striscioline di salmone affumicato.

### Informazioni nutrizionali

carboidrati  
Energia  
grassi  
Fibra  
Proteine  
Grassi saturi  
Sodio  
zuccheri

⌚ 40

⊕ 8 8 persone