



Quiche di piselli e prosciutto

Ingredienti

- 1 confezione di Pasta Sfoglia Rotonda
- 100 g di Piselli
- 70 g di Prosciutto cotto
- 70 g di Emmenthal
- 3 Uova
- 10 cc di Latte
- 25 g di Parmigiano
- 1 Cipollotto
- Olio extra vergine di oliva q.b.
- Sale q.b.
- Pepe q.b.

Preparazione

1. In una padella versate l'olio, fate rosolare il cipollotto e unite i piselli. Quando saranno ben insaporiti, condite con un poco di sale e tenete da parte. In una ciotola sbattete le uova e unite il parmigiano grattugiato, il latte e una spolverata di pepe.
2. In una teglia srotolate la Pasta Sfoglia Rotonda con la sua carta da forno e bucherellate il fondo con una forchetta. Create il primo strato con l'emmenthal a fette, il secondo con il prosciutto cotto ed il terzo con i piselli.
3. Coprite il tutto con la crema di uovo e parmigiano. Infornate per 25 minuti a 180°C.

Informazioni nutrizionali

carboidrati	17.39 g
Energia	287.3 kcal
grassi	17.03 g
Fibra	1.84 g
Proteine	14.78 g
Grassi saturi	7.63 g
Sodio	464.19 mg
zuccheri	2.01 g

⌚ 45

⊕ 6 6 persone