

IL GIUSTO GUSTO ... a cura di D. Distasi

QUICHE ESTIVA CON PEPERONI E ZUCCHINE



Ingredienti:

- 1 rotolo di pasta sfoglia già pronta
- 1 zucchina
- 3 peperoni (possibilmente 1 rosso, 1 giallo e 1 verde per dare più colore al piatto)
- 200 ml di panna
- 3 uova
- 50 gr di formaggio (tipo emmenthal)
- 1 cipolla
- Origano
- Maggiorana
- Sale
- Pepe

Una torta salata dai sapori estivi: con peperoni e zucchine, su una pasta sfoglia che, per facilità, è quella già pronta. Ovviamente potete fare voi stessi la pasta sfoglia per la vostra quiche.

Procedimento

Stendete la pasta sfoglia su di una teglia e punzecchiatene il fondo aiutandovi con una forchetta. Pulite le zucchine, tagliatele a pezzetti e saltatele in padella con un po' di olio e cipolla. Seguite lo stesso processo anche per i peperoni.

Mettete le verdure in una terrina, aggiungete il formaggio tagliato a listarelle, la panna, le uova e condite il tutto con il sale, pepe, origano e maggiorana.

Mescolate tutto per bene, quindi versate il composto sopra la pasta sfoglia nella teglia.

Cuocete in forno caldo a 180° per 20/30 minuti (controllate per evitare che le verdure si brucino).

La quiche con peperoni e zucchine è ottima calda, ma potete anche prepararla la sera per poi gustarla fredda il giorno dopo.