

# Quiche au jambon (facile)

Bonjour à tous,

Depuis que la maisonnée est passé en mode « vers le zéro déchet », nous prenons systématiquement viandes, poissons et fromages à la coupe, et le plus possible chez des artisans de nos marchés. Cette pratique nous a au passage permit de vite repérer ce qui est « tendance » dans les étals et pars vite, et ce qui a tendance à rester jusqu'à la fin du marché. Dans les choses simples qui restent souvent sur le carreau se trouvent fréquemment les *talons des jambons blancs* et les *talons des jambons de pays*. Les clients raffolent des tranches pleines et on souvent plus de difficultés sur des résidus. Je trouve toujours cela dommage car ces morceaux épais ne méritent pas d'être gâchés et permettent de réaliser de très bonnes recettes où les « gros morceaux » de charcuterie sont un atout.

Je pense à une en particulier qui doit être dans le top 3 des plats préférés de mes plus-si-petits gourmands : **la quiche au jambon**. C'est une variante de la quiche lorraine où vous remplacez les lardons par des morceaux de jambon, vous aoutez des oignons et un petit fond de moutarde. C'est simple, mais cela a un petit côté enfantin qui plaît toujours. J'en avais discuté une fois avec notre boucher préféré, et depuis il n'est pas rare qu'il nous propose ses talons de charcuterie.

Je voulais partager la recette de cette quiche au jambon avec vous car c'est une recette simple qui mérite de repasser dans nos cuisine, et qui a en plus le bon goût d'être « préparable » à l'avance en batch-cooking. Vous pouvez bien sûr la personnaliser à votre goût, ajouter d'autres ingrédients, etc. J'espère que cela vous plaira. : )Bon week-end !

Bonjour à toutes et tous

Depuis que la maisonnée est passé en mode « vers le zéro déchet », nous prenons systématiquement viandes, poissons et fromages à la coupe, et le plus possible chez des artisans de nos marchés. Cette pratique nous a au passage permit de vite repérer ce qui est « tendance » dans les étals et pars vite, et ce qui a tendance à rester jusqu'à la fin du marché. Dans les choses simples qui restent souvent sur le carreau se trouvent fréquemment les *talons des jambons blancs* et les *talons des jambons de pays*. Les clients raffolent des tranches pleines et on souvent plus de difficultés sur des résidus. Je trouve toujours cela dommage car ces morceaux épais ne méritent pas d'être gâchés et permettent de réaliser de très bonnes recettes où les « gros morceaux » de charcuterie sont un atout.

Je pense à une en particulier qui doit être dans le top 3 des plats préférés de mes plus-si-petits gourmands : **la quiche au jambon**. C'est une variante de la quiche lorraine où vous remplacez les lardons par des morceaux de jambon, vous aoutez des oignons et un petit fond de moutarde. C'est simple, mais cela a un petit côté enfantin qui plaît toujours. J'en avais discuté une fois avec notre boucher préféré, et depuis il n'est pas rare qu'il nous propose ses talons de charcuterie.

Je voulais partager la recette de cette quiche au jambon avec vous car c'est une recette simple qui mérite de repasser dans nos cuisine, et qui a en plus le bon goût d'être « préparable » à l'avance en batch-cooking. Vous pouvez bien sûr la personnalisier à votre goût, ajouter d'autres ingrédients, etc. J'espère que cela vous plaira. : )Bon week-end !



- QUICHE AU JAMBON -



## Recette : Quiche au jambon

Saison de la recette : Toute l'année

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

---

## Ingrédients

Pour 4 personnes :

- pâte brisée maison ou non
- 250 g de talon de jambon
- 2 oignons
- 1 cuillère à soupe rase de moutarde
- 2 gros œufs
- 150 ml de crème légère
- 50 ml de lait
- 50 g d'emmental râpé
- sel, poivre, noix de muscade

## Réalisation

- Épluchez puis hachez les oignons. Faites chauffer une cuillère à soupe d'huile dans une poêle puis faites y revenir les oignons jusqu'à ce qu'ils commencent à

caraméliser.

- Entre temps, foncez un moule à tarte avec la pâte brisée. Étalez finement la moutarde sur le fond de tarte. Coupez le talon de jambon en dés.
- Dans un saladier, fouettez les œufs avec le lait et la crème.. Salez et poivrez à convenance.
- Une fois les oignons cuits et en début de caramélisation, répartissez les sur le fond de tarte. Répartissez également le jambon.
- Versez le mélange {œuf/crème/lait} dessus, et essayez d'harmoniser le remplissage de votre quiche. Répartissez le fromage râpé sur le dessus
- Enfournez pour environ 40 à 45 minutes à 180°C. La quiche doit être dorée

Cette quiche jambon se déguste chaude ou froide, à convenance. Accompagnez d'une salade de crudités

---

#### **Astuces :**

- Variantes sympathiques : Ajoutez quelques champignons, du persil frais haché, ou alors des morceaux de comté.
  - Autre piste de variante : Ajoutez 1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne dans l'appareil oeuf/crème
-