



FINE QUICHE AU BOUDIN BLANC & FOIE GRAS DU PAYS DIGNOIS

INGREDIENTS

POUR 6 PERS.

- 2 pâtes brisées maison,
- 2 oeufs+ 2 jaunes,
- 25 cl de lait 1/2 écrémé,
- 25 cl de crème de montagne,
- 300 g de boudins blanc Etal des 3 vallées,
- 100 g de foie gras + 50 g pour la sauce,
- 3 pincées de muscade,
- 10 g beurre,
- 20 cl crème liquide,
- 1 cas de fécule de maïs,
- 5 cl de lait,
- Sel et poivre.



Bientôt les fêtes qui j'espère amèneront un peu de gaité dans cette année très particulière. Afin de passer de bonnes fêtes, je vous propose une première recette de notre calendrier de l'avent des recettes gourmandes de notre Terroir du Pays Dignois

1.Préchauffez votre four à 160°C. Etalez les pâtes brisées sur un plan de travail fariné sur environ 3 mm d'épaisseur. Découpez les avec un emporte pièce de 8 cm et disposez la pâte dans des moules à tartelettes. Foncez la pâte et placez les au four pour 15 min.

2.Dans un saladier, battez les oeufs avec les deux jaunes, la crème et le lait. Salez, poivrez et ajouter les pincées de muscade moulue. Coupez vos boudins en rondelles. Dans une poêle avec une noisette de beurre, faites revenir les rondelles de boudins blancs. Egouttez les et disposez les au fond de vos quiches. Versez le précédent mélange, crème+lait+oeufs sur le dessus et placez au four à 180°C pendant 30min.

3.Pour la sauce, découpez le foie gras (en conserver pour le dressage) et faites le fondre dans une casserole à feu doux. Fouettez la fécule de maïs et la crème ensemble. Ajoutez la au foie gras fondu. Replacez à feu doux et versez le lait jusqu'à obtenir une sauce onctueuse.

4.Pour le dressage, disposez quelques copeaux de foie gras sur votre fine quiche au centre de l'assiette accompagnée d'un mesclun et de la sauce au foie gras chaude ou tiède.

Bonne réalisation !

Retrouvez le CHEF PAYAN Frédéric sur Facebook

et sur le site <http://lacuisineafefe.wixsite.com/payanfrederic> .

D'autres recettes gourmandes tous les premier lundi de chaque mois en collaboration avec :



Fréquence Mistral
Digne

Dignamik

L'Espace Al-

Etal des trois Vallées



Haute Provence Info



Les Terres de Jim
04



Bienvenue
à la Ferme 04



