

QUICHE DE LEGUMES COM COGUMELOS



CONFEÇÃO

1. Comece por fazer a massa quebrada.

2. De seguida, coza os legumes no programa para cozer a vapor durante 20 minutos. Pode colocar uns legumes no cesto a vapor e outros na taça (como por exemplo, as cenouras e os espinafres) com os 700 ml de água.

3. Coloque o acessório picador. Deite na taça a cebola os alhos e programe vel. 12, durante 15 segundos.

4. Retire o acessório picador e substitua pelo acessório misturador. Junte o azeite e seleccione o programa cozedura lenta P1.

5. No fim do programa, adicione o tomate cortado aos bocados, os cogumelos e os legumes já cozidos. Tempere com sal e pimenta, e regue com azeite. Programe vel. 1, 130º, durante 7 minutos.

6. No fim do programa, adicione as gemas, natas e o leite. Programe vel. 3, 85º, durante 2 minutos.

7. Verta o preparado para a tarteira e leve ao forno durante cerca de 20 minutos.

INGREDIENTES

- 2 CENOURAS
- 1 TOMATE
- 1 TALO E MEIO DE BRÓCULOS
- 1/2 PACOTE DE ESPINAFRES
- 1 LATA DE COGUMELOS
- 1 CEBOLA
- 3 DENTES DE ALHO
- 2 OVOS
- AZEITE Q.B.
- NATAS Q.B. (C. 100ML)
- LEITE Q.B.
- SAL E PIMENTA Q.B.