



LA BELLE VIE

**Tous les ingrédients pour passer
derrière les fourneaux**

Quiche carotte, curry & coco

 Pour 6 personnes Très facile 47 min**0.97€ La portion** (prix indicatif)

Cette quiche joue l'exotisme avec le lait de coco associé au curry, et à la carotte.

Les ingrédients

- **1 pièce** de Pâte brisée
- **500 g** de Carotte
- **250 ml** de Lait de coco (à cuisiner)
- **3 pièce** de Oeuf
- **2 c à c** de Curry en poudre jaune
- **25 g** de Amande effilée
- **40 g** de Raisin sec

Étapes de préparation

**Préparation : 12 min****Cuisson : 35 min****Attente : 0 min**

- 1 Préchauffez votre four à 200°C en chaleur tournante (ou 220°C en chaleur traditionnelle).
- 2 Déroulez la pâte dans le moule en tapissant bien le bord. Piquez le fond avec une fourchette.
Enfournez 10 minutes pour précuire la pâte.
- 3 En parallèle, mettez de l'eau salée à bouillir dans une casserole.
Épluchez les 500 g de carottes. Coupez des rondelles d'environ 0,5 cm d'épaisseur.
Ajoutez-les dans la casserole d'eau bouillante, puis faites cuire 5 min à feu moyen.
- 4 Pendant ce temps, préparez l'appareil à quiche : mélangez 3 oeufs et 250 ml de lait de coco dans un saladier.

Ajoutez 2 càc de curry et salez (généreusement).
Mettez-le de côté en attendant.

- 5 Sortez la pâte du four lorsqu'elle est précuite, et baissez la température à 190°C.
Répartissez les rondelles de carotte dans le fond de la pâte, puis versez l'appareil à quiche.
Ajoutez pour finir 40 g de raisins secs et 20 g d'amandes effilées.
Enfournez entre 20 et 25 minutes jusqu'à ce que la pâte et l'appareil soient cuits.
- 6 Laissez refroidir la quiche 5 à 10 minutes.