



CAP CUISINE FICHE TECHNIQUE CUISINE



QUICHE LORRAINE

Préparations préliminaires

Réaliser les pesées.

Préparer la pâte Brisée

Sabler farine et beurre.

Faire un puits et incorporer le jaune, l'eau et le sel.

Fraser, bouler, filmer et réserver +4°C / 20 minutes.

Préparer les garnitures

Tailler les lardons

Râper le fromage.

Suer les lardons. Réserver.

Pour 8 personnes:

200 g de pâte Brisée

200 g de lardons

100 g de gruyère

30 g de beurre

3 oeufs

20 cl de crème fraîche

20 cl de lait

muscade

sel

poivre

Finitions

Préchauffer le four à 200°C thermostat 6/7.

Abaissier la pâte au rouleau, fonder un cercle, piquer la pâte.

Réaliser l'appareil à crème prise: les œufs battus et la crème fraîche. Assaisonner.

Garnir la quiche avec toutes les garnitures, finir avec le fromage râpé.

Mettre à cuire pendant 30 mn. environ.

Découper et servir tiède



De l'allemand kuchen (qui signifie « gâteau »), la Quiche Lorraine est originaire de Lorraine. Cette recette de terroir est très ancienne, elle remonterait au 16ème siècle.

Traditionnellement la Quiche Lorraine était faite de pâte à pain, de poitrine de porc fumée, d'œufs et de crème fraîche. Il semblerait que le fromage fut ajouté à la préparation bien après.

Ce n'est que plus tard, que la pâte à pain fut remplacée par de la pâte Brisée.

Matériels nécessaires: