

ANTIPASTI E SNACK

Quiche di cipolle e acciughe

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **20 min** COTTURA: **45 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

NOTE: + 20 MINUTI DI RIPOSO DELLA BRISÈE



La quiche di cipolle e acciughe è un antipasto dall'abbinamento perfetto: le cipolle e le acciughe si equilibrano e si compensano grandemente, dando vita a un risultato ottimo e profumato!

INGREDIENTI

CIPOLLE bianca - 600 gr
ALICI O ACCIUGHE SOTT'OLIO filetti - 10
UOVA 2
LATTE INTERO 100 ml
PANNA 100 ml
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE
PEPE NERO

PER LA PASTA BRISÈE

FARINA 00 200 gr
BURRO 100 gr
ACQUA 1 cucchiaio da tavola

PREPARAZIONE

- 1 Tagliate le cipolle grossolanamente, trasferitele in una ciotola insieme ad un bel giro d'olio e ad un pizzico di sale; mettete la ciotola nel forno a microonde e fatele cuocere per 5 minuti alla massima potenza.



- 2 Potete stufare le cipolle anche in padella facendole cuocere a fiamma bassa con l'aggiunta di acqua per circa un'ora.

Nel frattempo preparate la pasta bris e: versate su una spianatoia la farina, aggiungete il burro freddo tagliato a pezzetti ed iniziate ad impastare con la punta delle dita fino ad ottenere un composto sbriciolato.



- 3 A questo punto aggiungete l'acqua e continuate ad impastare fino ad ottenere un composto omogeneo. Non lavorate troppo l'impasto perché rischiereste di rendere la pasta brisée troppo elastica, in quel caso tenderebbe a ritirarsi in cottura.



- 4 Riunite l'impasto in una palla e avvolgetelo nella pellicola trasparente.



- 5 Riponete la pasta brisée in frigorifero per circa 20 minuti.

A questo punto stendete la brisée con un mattarello in un disco di circa 1/2 cm di

spessore, quindi utilizzatela per foderare uno stampo tondo a bordi bassi, paregiate i bordi e con i rebbi di una forchetta bucherellate il fondo per una cottura più uniforme.



- 6 Appoggiate un foglio di carta forno sulla base di brisè e riempite lo stampo con del riso, distribuendolo uniformemente.





7 Infornate il guscio di brisèe a 180°- 200°C per circa 20 minuti.

Sfornate la base, liberatela dal riso e dalla carta forno ed infornatela nuovamente per altri 5 minuti o fino a doratura della brisèe.

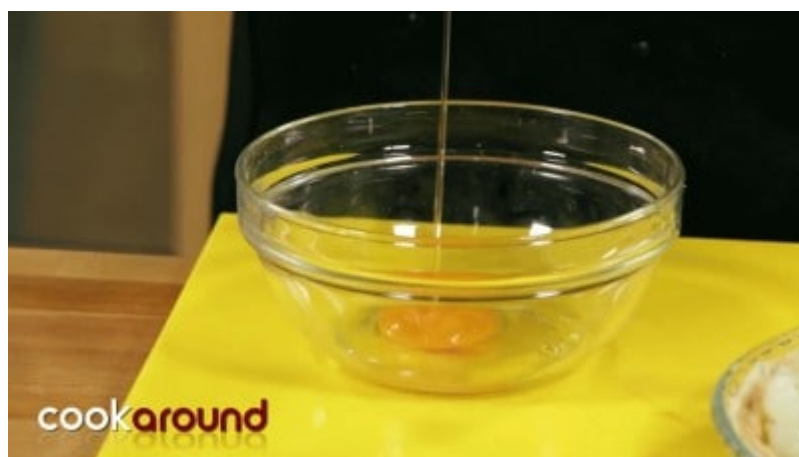


8 Ora farcite la quiche: distribuite sulla base le acciughe sott'olio in modo uniforme, quindi ricopritele con uno strato di cipolle stufate.



9 Rompete le uova in una ciotola, aggiungete il latte, la panna, un pizzico di sale, del pepe e

mescolate per amalgamare gli ingredienti.



10 Versate il composto a base di uova sopra la quiche.



11 infornate a 200°C per circa 20 minuti o fino a doratura.



12 Sfornate la quiche e lasciatela freddare prima di servirla.

