

Tarta de verduras



- *Es una entrada para seis personas, o un plato fuerte que se puede comer durante la cena con ensalada y es entonces para cuatro personas*

El tiempo de preparación es de quince minutos

- *Ingredientes*

Dos zanahorias

Una cebolla

Dos puerros

Un hinojo

50 gramos de judías verdes

Trozos de coliflor

Cubitos de raíz de perejil

Una cucharada de nata

2 huevos

Un medio litro de leche

Una cucharadita de perejil y de cebolleta

Sal, pimienta, orégano, cúrcuma y nuez moscada también

- *Caliente el horno*
La temperatura del horno debe ser de 160° y haga cocer durante 30 minutos
- *Lave y pele las zanahorias, pele y corte en lonchas la cebolla*
Límpie, corte el puerro, el hinojo, la raíz de perejil: córtelos en juliana
Lave y corte las judías, la coliflor...
- *Escalde los legumbres 10 minutos en un litro de agua hirviendo*
- *Bata los huevos y luego agregue : crema, hierbas, sal, pimienta*
- *Agregue las especias , mezcle bien*
- *Ponga las verduras en un molde, vierta la mezcla y hornee 30 minutos*

¡Buen provecho!

Receta de Marie-Thérèse