**Quiche au saumon poireau et oignon**

**saumon frais  
3 œufs  
2,5 dl de crème  
poivre et sel**

**pâte brisée  
poireau  
oignons  
ail  
beurre  
bouillon de légumes**

Frottez un moule à gâteau rond en silicone avec du beurre. Pressez-y la pâte brisée et percez le fond. Coupez les bords.

Hachez finement le poireau, l'oignon et quelques gousses d'ail et faites-les sauter dans un peu de beurre avec un peu de bouillon de légumes.

Battez les œufs avec la crème. Assaisonnez avec du poivre et du sel. Coupez le saumon frais en morceaux.

Remplissez le fond de la tarte d'une couche de préparation aux légumes. Enfoncez-y uniformément le saumon et recouvrez-le de la préparation des œufs avec la crème.

Mettez le moule à gâteau dans un four à 185°C pendant 40 minutes. Mettez en marche l'air chaud pendant les 10 dernières minutes. Laissez refroidir et mettez la quiche au réfrigérateur.