Quiche de espárragos y requesón

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Irene Delafú **Recetizador:** Moskar Mendez

Tiempo: 1 hora
Dificultad: Intermedia
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 1 manojo de espárragos trigueros
- 200 g de masa quebrada congelada 200 g de masa quebrada congelada
- 1 puerro
- 250 g de requesón
- 2 dl de leche evaporada
- 3 huevos
- 40 g de mantequilla
- Nuez moscada
- Sal y pimienta

Preparación:

Paso 1

Lavar los espárragos trigueros, cortando los extremos duros con la mano; picar y reservar. Pelar y picar el puerro en julia¬na; poner en una sartén junto a los espárragos. Saltear con la mantequilla a fuego suave 10 min. y retirar hasta que se enfríen. Batir los huevos y añadir el requesón desmigado. Remover y agregar la leche evaporada. Incorporar los es¬párragos y la nuez moscada. Encender el horno a 200º C. Extender la ma¬sa en una superficie lisa y cubrir un molde con ella. Pinchar el fondo y cocer en seco 10 min. colocando en¬cima papel sulfurizado y garbanzos para evitar que la masa suba por el centro, retirar y rellenar con la preparación anterior. Cocer hasta que cuaje 30 min.