

---

**QUICHE SANS PÂTE  
AUX TOMATES CERISES  
ET À LA ROQUETTE**

**PRÉPARATION: 15 MIN  
CUISSON: 35 MIN**

---

**3 œufs • 40 cl de lait  
entier • 80 g de farine •  
100 g de parmesan râpé •  
100 g de tomates cerises •  
2 poignées de roquette •  
2 oignons nouveaux • 40 g  
de beurre • sel, poivre**

**1** Coupez les tomates en 4. Ciselez finement les oignons nouveaux. Dans une poêle, faites-les fondre 5 min dans la moitié du beurre avec la roquette grossièrement hachée.

**2** Préchauffez le four sur th. 6 (180 °C). Battez les œufs avec la farine et un tiers du lait. Délayez avec le reste de lait et ajoutez le parmesan, les tomates, le mélange oignon-roquette, du sel et du poivre.

**3** Versez toute la préparation dans un moule à tarte antiadhésif préalablement beurré. Enfournez, puis laissez cuire environ 30 min. Servez tiède ou froid, en parts fines.