

Flamiche aux Poireaux et Jambon

Temps de Préparation : 15 minutes - Temps de Cuisson : 1 heure - Difficulté : Facile

Pour 6 à 8 personnes :

- 1 pâte [brisée](#) ou [feuilletée](#)
- 4/5 poireaux
- 200 g de dés de jambon blanc
- 3 grosses cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
- 60 g d'emmental râpé
- 3 oeufs
- de la noix de muscade
- sel, poivre

1. Laver et puis couper finement les poireaux.
2. Dans une poêle bien chaude, ajouter une grosse noix de beurre puis verser les poireaux. Les faire revenir à feu doux pendant une quinzaine de minutes en remuant de temps en temps.
3. Préchauffer le four à 210° en chaleur tournante.
4. Étaler la pâte choisie dans un moule à tarte puis en piquer généreusement le fond sur toute la surface grâce à une fourchette.
5. Dans un saladier, battre les œufs puis ajouter ensuite la crème, le fromage et assaisonner en sel, poivre et noix de muscade.
6. Incorporer dans la préparation les poireaux cuits avec les dés de jambon et bien mélanger avec une cuillère en bois afin d'homogénéiser le tout.
7. Verser ensuite l'appareil dans sa totalité sur le fond de tarte.
8. Enfourner le tout pour 40 à 45 minutes de cuisson, une fois la flamiche bien dorée : c'est prêt ! ☐

☐ Idéale en entrée ou bien en plat principal accompagnée d'une délicieuse salade verte croquante de saison, cette flamiche ravira à coup sûr tous vos convives ! ☐

Simple, rapide et efficace : quoi demander de plus !? ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation ! ☐

Pâtes aux Petits-Pois, Jambon et Parmesan

Pour 4/5 personnes :

- **300 g de pâtes (penne, spaghetti...)**
- **200 g de dés de jambon cuit (ou tranche bien épaisse coupée en dés)**
- **100 g de petits-pois frais (ou surgelés)**
- **25 g de parmesan**
- **10 cl de crème liquide**
- **1 oignon nouveau**
- **sel, poivre**

1. Dans une casserole d'eau bouillante, faire cuire les pâtes suivant l'indication de l'emballage.
2. Faire de même avec les petits-pois, environ une dizaine de minutes.
3. Pendant ce temps, émincer finement l'oignon puis le faire revenir quelques minutes à feu doux dans une poêle.
4. Ajouter ensuite les dés de jambon et poursuivre la cuisson pendant 5 minutes.
5. Verser la crème liquide avec le parmesan ainsi qu'une louche d'eau de cuisson des pâtes puis assaisonner en sel et en poivre à votre convenance.
6. Laisser réduire le tout quelques minutes.
7. Une fois les pâtes et les petits pois bien égouttés, ajouter tout ce beau monde à la préparation puis bien mélanger.
8. Faire revenir le tout quelques minutes puis servir avec un peu de parmesan supplémentaire : c'est prêt ! ☐

☐ Voilà une recette comme on les aime : simple, rapide et efficace ! ☐

Elle est idéale pour les "gamelles" de la semaine au travail ! Et comme on dit, c'est toujours meilleur réchauffé ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Muffins Salés : Jambon et Fromage

Pour une quinzaine de muffins :

- **1 yaourt nature**
 - **150 g de farine**
 - **150 g de jambon en dés ou en allumettes**
 - **3 œufs entiers**
 - **110 g de gruyère râpé**
 - **4 cuillères à soupe d'huile**
 - **1 sachet de levure chimique**
 - **sel, poivre**
1. Préchauffer le four à 180° en chaleur tournante.

2. Dans un saladier, battre les œufs en omelettes puis les assaisonner généreusement en sel et en poivre.
3. Ajouter d'une traite le yaourt, la farine, la levure et l'huile. Mélanger le tout jusqu'à obtenir une préparation bien lisse.
4. Incorporer les dés de jambon ainsi que le gruyère jusqu'à obtention d'un mélange bien homogène.
5. Remplir les moules à muffins aux 2/3 à l'aide d'une cuillère à soupe.
6. Enfourner pour une vingtaine de minutes jusqu'à ce que les muffins soient bien gonflés et surtout bien dorés : c'est prêt ! ☐

☐ Ces muffins salés feront parfaitement l'affaire pour un apéritif entre amis ou encore pour un repas du soir accompagnés d'une bonne salade de saison ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

