

MINI-QUICHE LEVE

INGREDIENTES

MASSA:

Massa: 200 g de farinha de trigo
1 gema
1/2 colher de sal
90 g de manteiga sem sal e gelada
3 colheres de água gelada

RECHEIO PARTE 1:

Recheio parte 1: 1/2 cebola picada
1 cenoura
1 batata
1 abobrinha
Sal e pimenta a gosto

RECHEIO PARTE 2:

Recheio parte 2: bacon em cubinhos
400 ml de creme de leite fresco
1 gema
2 ovos inteiros
1 pitada de noz-moscada
queijo gruyère ou pecorino ralado
sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa: Em uma vasilha coloque a farinha, faça uma cova no meio e coloque a gema, o sal e as 3 colheres de água. Corte a manteiga em cubinhos e coloque na cova.

Misture bem com as pontas dos dedos até formar uma farofa grossa.

Tente não trabalhar muito a massa para ela poder ficar leve.

Trabalhe a massa por 1 ou 2 minutos, pare assim que ficar macia. Se parecer seca, salpique um pouco de água.

Modele uma bola, embrulhe em plástico filme e leve à geladeira por no mínimo 30 minutos.

RECHEIO 1:

Recheio 1: Em um processador ou liquidificadores pique a cenoura, batata e a abobrinha. Se preferir pique à mão.

Coloque um pouco de azeite em uma panela, frite a cebola até dourar levemente e em seguida coloque os legumes picados, tempere com sal e pimenta.

Mexa de vez em quando até os legumes murcharem.

Reserve.

Unte forminhas (normais ou com fundo removível) com manteiga e reserve.

Em uma superfície enfarinhada abra pedaços da massa com um rolo e coloque nas forminhas, ultrapassando as bordas.

Erga a borda da massa com cuidado e com os dedos pressione em todo o canto da forminha.

Passe o rolo pela borda para tirar os excessos de massa.

Perfure a massa com um garfo e leve à geladeira por 15 minutos, para firmar.

Preaqueça o forno a 200°C.

Tire as forminhas da geladeira e cubra a massa com uma folha de papel alumínio, pressionando dentro da forminha.

Espalhe grãos de feijão sobre o papel alumínio, para pesar sobre a massa durante o cozimento.

Coloque as forminhas no forno por cerca de 10 minutos, depois retire o papel alumínio e asse por mais 7 minutos, até dourar.

Retire as forminhas do forno e deixe esfriar um pouco. Mantenha o forno ligado.

RECHEIO 2:

Recheio 2: Frite o bacon até dourar.

Retire e escorra em papel toalha.

No liquidificador bata o creme de leite, os ovos, a noz-moscada e o sal.

MONTAGEM:

Montagem: Coloque um pouco de bacon dentro das forminhas.

Em seguida coloque um pouco do recheio 1.

Despeje com cuidado o creme batido dentro das forminhas e salpique o queijo encima do creme.

Leve ao forno e deixe assar por 35 ou 40 minutos, até dourar e o recheio firmar.

Deixe as mini quiches esfriarem um pouco e depois desenforme-as.

Sirva morno.

Apesar de ter muitos passos, vale a pena fazer porque fica muito gostoso.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/37560-mini-quiche-leve.html>