

**Tarte au chou fleur et au persil**

[](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2019/12/tarte-au-chou-fleur-et-au-persil-p1200735.psd-r.jpg)**Pour 8 Croquants-Gourmands**

**La** [**pâte brisée**](https://recettes.de/pate-brisee) **:**

**- 180 g de farine**  
**- 1 grosse pincée de sel**  
**- 90 g de beurre**  
**- 50 g d'eau**

**1 cercle ou 1 moule à tarte de 28 cm de Ø**

Préparer la pâte brisée suivant la [**recette de base**](http://croquantfondantgourmand.com/pate-brisee/).  
L'étaler au rouleau et foncer le cercle à tarte posé sur la plaque du four.  
Piquer la pâte avec une fourchette.  
Couvrir et réserver au frais pendant la préparation de la garniture.

**La garniture :**

**- 715 g de fleurettes de chou-fleur**  
**- 120 g de crème liquide**  
**- 2 œufs**  
**- 100 g de parmesan râpé**  
**- 3 càs de persil haché**  
**- sel & poivre du moulin  
- noix de muscade**

Détailler le chou-fleur en fleurettes (j'en ai obtenu 715 g)  
Les faire, cuire à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient tendres mais sans s'écraser (une dizaine de minutes).  
Les égoutter et laisser refroidir.  
Lorsque le chou-fleur est froid, disposer les fleurettes sur le fond de tarte.  
Dans un saladier, mélanger au fouet les, œufs avec la crème.  
Ajouter le parmesan et le persil et mélanger.  
Saler, poivrer et ajouter une grosse pincée de noix de muscade râpée.  
Répartir la crème sur les fleurettes de chou-fleur.  
Enfourner, pour 30 minutes jusqu'à ce que la, quiche soit bien dorée.  
Attendre quelques secondes avant de décercler délicatement.  
Servir chaud avec une salade verte.