**Quiche au chou-fleur et au saumon**

[](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2022/10/quiche-au-chou-fleur-et-au-saumon-p1060435.psd-r-copy.jpg) **Pour 6 Croquants-Gourmands**

**La pâte brisée :**

**– 250 g de farine**  
**– 125 g de beurre**  
**– 1 pincée de sel**  
**– 60 g d’eau**

**1 cercle à mousse ou 1 moule à manqué de 26 cm de Ø**

Préparer la [pâte brisée](https://recettes.de/pate-brisee) en suivant la [**recette de base**](https://croquantfondantgourmand.com/pate-brisee/).  
Foncer le moule et piquer à la fourchette.  
Couvrir et laisser au frais le temps de préparer la garniture.

**La garniture :  
- 500 g de fleurettes de** [**chou-fleur**](https://recettes.de/chou-fleur) **(surgelées pour moi)**  
**- 250 g de dos de** [**saumon**](https://recettes.de/saumon) **sans peau et sans arête**  
**- 3 œufs**  
**- 250 g de crème fleurette**  
**- 1 càc de Maïzena ®**  
**- ½ càc de** [**curry**](https://recettes.de/curry) **en poudre**  
**- persil & ciboulette**  
**- sel & poivre du moulin**  
**- 25 g de** [**parmesan**](https://recettes.de/parmesan) **râpé**

**Préchauffage du four à 180°C** [Position four chaleur tournante _png](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2014/01/Position-four-chaleur-tournante-_png.jpg)

Faire cuire les fleurettes de chou-fleur à la vapeur. Elles doivent être tendres sans s'écraser.  
Laisser refroidir.  
Couper le saumon en dés.  
Hacher le persil et la ciboulette pour obtenir une grosse cuillerée de chaque.  
Répartir chou-fleur et saumon dans le fond de tarte.  
Mélanger dans un saladier les œufs, la crème, la Maïzena, le curry, les herbes, du sel & du poivre.  
Verser la crème dans le fond de tarte.  
Saupoudrer de parmesan.  
Enfourner pour 45 minutes et vérifier la cuisson.  
Laisser tiédir un peu avant de démouler.  
Servir tiède avec une salade.