



<p><b>Tarte au brocoli</b></p>		<p><b>Brokkolitorte</b></p>
<p><b>Ingrédients:</b></p> <p>250 g de pâte brisée *  500 g de brocolis  3 œufs  100 g de Brousse  100 g de crème fraîche  30 g de graines de tournesol  1 pincée de muscade , sel, poivre</p>	<p><b>Zutaten:</b></p> <p>250 g Mürbeteig *  500 g Brokkoli  3 Eier  100 g Schafsfrischkäse  100 g Creme fraiche  30 g Sonnenblumenkerne  1 Prise Muskatnuß, Salz, Pfeffer</p>	
<p><b>préparation:</b></p> <p><b>Préchauffez</b> le four th. 210°.  Beurrez un moule à tarte de 24 cm de diamètre.  <b>Etalez la pâte</b> et garnissez-en au moule.  Nettoyez les brocolis et coupez-les en bouquets.  Faites-les cuire 3 minutes à l’eau bouillante.  Rafrâchissez et <b>égouttez-les</b>.  Dans une terrine, battez les œufs à la fourchette en incorporant le fromage, crème fraîche et la muscade, salez et poivrez  Disposez les bouquets de brocolis. Versez la <b>préparation œufs – fromage</b>, mettez à au four, baissez le th. à 180° et laissez cuire 25 à 30 minutes  Faites dorer pendant quelques instants les graines de tournesol dans une poêle bien chaude et répartissez les sur la tarte au moment de servir.</p>	<p><b>Zubereitung:</b></p> <p>Backofen auf 210° <b>vorheizen</b>.  Eine feuerfeste Form von 24 cm Durchmesser mit Butter einfetten. <b>Den Teig ausrollen</b> und in die Form legen. Den Brokkoli waschen und in Röschen teilen. 3 Minuten in kochendes Wasser geben und anschließend in Eiswasser geben und <b>abtropfen lassen</b>  Eier mit einer Gabel verschlagen, dabei Käse, Creme fraiche, Muskat, Salz und Pfeffer einarbeiten.  Brokkoliröschen auf dem Teig verteilen. Die <b>Eier-Käse-Mischung</b> darüber gießen und in den Backofen geben und die Temperatur auf 180° herabschalten, 25 bis 30 Min. backen.  In einer heißen Pfanne die Sonnenblumenkerne kurz anrösten, auf die Brokkolitorte geben und sofort servieren.</p> <p style="text-align: center;">*siehe Rezept „pâte brisée“!</p>	

	<p><b>Das Wörterbuch</b>  Übersetzen Sie französische Rezepte mit Hilfe dieses Wörterbuches!  ISBN 978-3-8370-5285-5 18,00 €(D)</p>	<p><b>Das Kochbuch</b>  Kochen Sie Ihr französisches Lieblingsgericht mit diesem Kochbuch!  ISBN 978-3-8391-8856-9 9,90 €(D)</p>	
---	---	--	---