

QUICHE DE ESPINACAS, CHAMPIÑONES Y FETA SIN CRUST

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocción: 50 minutos

Salen 8 pedazos



Ingredientes:

- 3 tazas de espinacas fresca
- 2 tazas de champiñones, cortados en rebanadas
- 1 diente de ajo triturado
- ¼ de cucharadita de sal
- 1 cucharada de aceite de oliva, cantidad dividida
- ¼ taza de queso feta desmoronado
- 4 huevos grandes
- ¼ taza de parmesano rallado
- ¼ cucharadita de pimienta
- 1 taza de leche
- ½ taza de queso mozzarella rallado

Instrucciones:

1. Precalienta el horno a 350°F (180 °C) y prepara un molde para pie de 9 pulgadas, agregando aceite de oliva en spray o untar con una brocha el aceite de oliva, deja aparte.
2. En una sartén grande, a temperatura media, agrega las espinacas y una pizca de sal, cocinarlas hasta que se encojan, sacarlas en un recipiente aparte para que escurran el agua, dejarlas aparte.
3. Agrega los champiñones, el ajo, la sal y ½ cucharada de aceite de cocina a una sartén, saltea los champiñones a fuego medio hasta que hayan soltado toda su humedad y se haya evaporado de la sartén. No debe quedar agua en la sartén.
4. Coloca los champiñones, las espinacas y el queso feta desmoronado en el molde que tenías preparado.
5. En un recipiente grande, agrega los huevos, el queso parmesano, la pimienta, la leche y una pizca de sal, mezcla bien.
6. Vierte la mezcla de huevo en el molde sobre las espinacas, los champiñones y el queso feta, cubre con la mozzarella rallada.
7. Hornea durante unos 50 minutos, o hasta que esté dorada por encima. ¡Cortar y disfrutar!

Notas:

*Guardar en el refrigerador hasta por 4 días, recalentar en el microondas solo hasta que se caliente pero no esté hirviendo.

*La cantidad de pedazos que te salgan, dependerá del grosor que los cortes.

www.unapizcadeluna.com