

QUICHE DE CAMOTE CON VEGETALES Y QUESO

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocción: 50 minutos

Salen de 8 a 10 pedazos

Ingredientes:

Para hacer la corteza:

- 2 camotes medianos (o 1 extra grande/larga), peladas
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta al gusto

Para hacer el relleno:

- 6 huevos
- 1/2 taza de queso cottage o yogurt griego natural, bajo en grasa
- 1/2 taza de jamón de tu preferencia, cortado en pedacitos
- 1/2 taza de pimentón (cualquier color), cortado en pedacitos
- 2 onzas de queso feta, **ver nota**
- 1/2 cucharadita colmada de sal
- 1/8 cucharadita de pimienta negra
- 1 tomate grande, cortado en rodajas

Instrucciones:

1. Precalentar el horno a 375 F (190 F). Con una mandolina (o un cuchillo afilado), cortar finamente los camotes en rodajas de aproximadamente 1/8 de pulgada de grosor.
2. Engrasar ligeramente un molde para tarta de 9 pulgadas, con aceite de oliva y colocar una capa de rodajas de camote en una espiral ligeramente superpuesta en el fondo del molde, luego, colocar capas de rodajas a lo largo del costado del molde, superponiéndolas ligeramente nuevamente.
3. Rocíar/untar el camote ligeramente con aceite de oliva, espolvorear ligeramente con un poco de sal y pimienta y hornear por 15 minutos.
4. En un recipiente mediano, agregar los huevos y el queso cottage, batir hasta que estén bien combinados y esponjosos.



una pizca de Luna - Quiche de Camote con Vegetales y Queso

5. Añadir el jamón, pimentón, queso feta, sal y pimienta, batir todo bien.
6. Vertir la mezcla de huevo sobre la corteza de camote cocido y cubrir con rodajas de tomate.
7. Hornear hasta que la mezcla de huevo cuaje, aproximadamente 35 minutos. ¡Deje enfriar durante unos 5 a 10 minutos antes de cortar y servir!

Notas:

*En lugar del queso feta, puedes utilizar el queso que tengas en casa o el que te guste más. Al igual puedes agregar más vegetales como: champiñones, brócoli, espinacas, cebolla, etc.