

Minis quiches

PORTIONS : 12

PRÉPARATION : 20 MIN

CUISSON : 40 MIN.

Ingrédients

- 12 feuilles de wonton
- 4 saucisses de dinde pour petit-déjeuner d'environ 125 g, boyaux retirés
- 1/4 tasse d'épinards surgelés décongelés et égouttés
- 1/3 tasse de poivron rouge finement haché
- 2 cuillères à soupe d'oignon vert finement haché
- 5 gros œufs
- 1/4 tasse de lait
- 1/4 cuillère à café de sel
- 1 tasse de fromage râpé

Préparation

1. Préchauffer le four à 350 degrés F.
2. Vaporisez un moule à muffins de 12 cavités avec un spray antiadhésif. Tapissez chaque cavité d'une feuille de wonton (pressez la feuille sur les bords du moule, le plus haut possible).
3. Dans une poêle moyenne, faire revenir les saucisses brouillées. Éteindre le feu et incorporer les épinards, le poivron rouge et l'oignon vert. Réserver.
4. Dans un bol moyen, fouetter ensemble les œufs, le lait et le sel.
5. Répartissez le mélange de saucisses et de fromage entre les feuilles de wonton.
6. Répartir le mélange d'œufs dans les moules à wonton (j'ai obtenu environ 1/4 de tasse de garniture dans chaque moule). Cuire au four pendant 20 minutes ou jusqu'à ce que les œufs soient bien cuits.

Source : <https://minimalistbaker.com/vietnamese-spring-rolls-with-crispy-tofu/>