

# Quiche de calabacín

Publicada por:

[imprimir](#)

- 30 '
- 60 '
- 6



Comentario nutricional

El calabacín es una hortaliza de fácil digestión y es rica en potasio, un mineral importante ya que participa en la contracción muscular.

## Modo express

1. Corte el calabacín y el queso en trozos pequeños.
2. Bata los huevos con la leche y la nata y añada el resto de ingredientes (excepto el queso rallado). Mezcle a conciencia.
3. Disponga la masa quebrada en el molde, forrándolo por completo y recortando los bordes sobrantes. Incorpore el relleno y espolvoree con el queso rallado.
4. Introduzca el molde en la Chef Plus Induction y programe el menú Horno 1 hora a 180°.

Nota: Necesitará un molde de aluminio de 20 cms de diámetro.

- Aquí tienes el vídeo de la receta: