# Quiche potimarron et poireaux sur blé noir

## Ingrédients :

- 3 crêpes de blé noir
- 1 poireau soit 150 g
- 3 oeufs
- 1/2 potimarron soit 500 g
- 50 g de fêta
- 20 cl de lait
- Sel, poivre

## Préparation :

1. Coupez et nettoyez le poireau.
2. Coupez le potimarron en petits morceaux (s'il est bio, ne l'épluchez pas);
3. Mettez les légumes à cuire à la vapeur pendant au moins 20 min dans une marguerite ou un panier vapeur.
4. Préchauffez le four à 180°C quand les légumes sont cuits.
5. Battez les œufs et mélangez-les avec le lait. Salez, poivrez.
6. Ajoutez la moitié de la fêta et le potimarron que vous aurez réduit en purée.
7. Versez la préparation sur les crêpes et terminez par les poireaux ainsi que le reste de fêta.
8. Mettez au four à 180°C pendant 30 minutes.