

Disney  
**ALEXANDER**  
and the Terrible, Horrible,  
NO GOOD, VERY BAD DAY



## RECETA DE QUICHE SIN MASA DE BEN COOPER

¡Pídeles a tus padres que te ayuden a preparar este delicioso plato de la película!

### RINDE

5 porciones para la familia Cooper  
(no recomendado para el bebé)

### TIEMPO DE PREPARACIÓN

60 minutos

### INGREDIENTES

- 1 cucharada de mantequilla sin sal
- 2 cucharaditas de aceite de oliva
- 1/2 cebolla, cortada en cubos
- 2 tazas de champiñones cortados en rodajas finas
- 1 paquete (300 gr) de espinaca picada congelada, descongelada y escurrida
- 4 huevos
- 1 taza de leche entera
- 1/2 taza de crema doble
- sal y pimienta molida
- 1 y 1/2 taza de queso suizo rallado  
(o cualquier otro queso que elijas)

### PREPARACIÓN

- Precalentar el horno a 180 °C.
- Enmantequillar una fuente de vidrio para hornear de 20 x 20 cm o un molde para tartas de 25 cm.
- Calentar la mantequilla y el aceite de oliva en una sartén a fuego medio-alto.
- Agregar la cebolla y los champiñones cortados y cocinar hasta que estén blandos, revolviendo de vez en cuando.
- Agregar la espinaca y seguir cocinando hasta que se evapore la humedad. Reservar el contenido de la sartén.
- En un bol, batir los huevos, la crema, la leche, la sal y la pimienta molida. Agregar el queso, la espinaca, la cebolla y los champiñones.
- Volcar la mezcla en la fuente para horno enmantequillada.
- Hornear en el horno precalentado hasta que la superficie se dore levemente y el centro esté firme (de 30 a 35 minutos, se tiene que poder insertar un cuchillo en el medio y que salga limpio).
- Dejar enfriar antes de cortar en porciones y servir.