

Quiche végétarienne

Bijgerecht, Hoofdgerecht • Vegetarisch
Foodiepedia.nl

Portiegrootte: 2

Ingrediënten

180 gram bladerdeeg (4 vellen)
3 eieren (60 gram stuk)
250 ml melk
30 ml yoghurt halfvol
1 el maïzena (afgestreken)
80 gram kaas (geraspt)
60 gram paprika (brunoise)
50 gram sojastukjes (brunoise)
Kruiden naar keuze
Peper en zout naar smaak

Bereiding

1. Ontdooi licht de bladerdeeg vellen.
2. Vet een bakvorm in of gebruik een bakpapier in het bakblik.
3. Plaats de vellen bladerdeeg in het bakblik en zorg voor een opstaand randje.
4. Prik met een vork diverse gaatjes in de bladerdeeg.
5. Zet de oven ondertussen op 200 graden Celsius.
6. Start met het opkloppen van de 3 eieren, de volledige hoeveelheid maïzena, melk en yoghurt.
7. Plaats de bakvorm met bladerdeeg (zonder mengsel) in de oven voor 10 minuten.
8. Voeg vervolgens de geraspte kaas en de brunoise paprika en sojastukjes toe, meng rustig door.
9. Voeg kruiden, peper en zout toe.
10. Haal na 10 minuten de bakvorm uit de oven. Zorg ervoor dat de lucht uit de bladerdeegvellen met een vork vrijkomt.
11. Voeg het ei-groentenmengsel toe op de bladerdeeg.
12. Bak de quiche in 35 minuten gaar in de oven.

Notities

Erg lekker met een rucolasalade en frisse vinaigrette.
Gebruik groentes die je bijvoorbeeld over hebt. Of stukjes vlees of vegetarische sojastukjes om de quiche te verrijken.