



Quiche met wortel, courgette, lente-ui en champignons

appetijt.eu





Ingrediënten:

Bladerdeeg

klein beetje paneermeel

wortel

courgette

champignons

lente-ui

eieren (reken ongeveer 1,5 ei per portie)

scheutje room

cayennepeper, zout, nootmuskaat

geraspte oude kaas

Bereiding:

- Wortel en courgette grof raspen, champignons in niet te dunne plakjes, lente-ui in ringen snijden.
- Eieren losroeren met een scheut room, zout, nootmuskaat en cayennepeper toevoegen.
- Groenten, kaas en eieren mengen.
- Oven verwarmen op 200 graden.
- Ovenplaat bedekken met bakpapier en hierop het uitgerolde bladerdeeg leggen. leg 1 à 2 reepjes extra bladerdeeg aan de randen.
- Prik het deeg in met een vork en bestrooi licht met wat paneermeel.
- Doe de vulling op het deeg maar laat de opstaande randen vrij.
- Plaats in de oven voor 20 tot 30 minuten. Indien nodig de oventemperatuur aanpassen.