

Snacks (nr 1544) Quiche met ham, broccoli, zoete paprika, mozzarella en kokosmelk

Ingrediënten en Recept



Bron



Libelle Lekker kookclub
👥 Groep (Openbaar) · 64,3 d. leden

Sara Criar

<https://www.facebook.com/groups/libellelekkerkookclub/posts/1503556390172953>

en Martine Lycke

Bladerdeeg heb ik altijd in huis

Gewoon in de vriezer

Dus uithalen en laten ontdooien, dit gaat zeer snel.

Bladerdeeg bakt ook altijd beter wanneer deze koud is

Bloemkool wassen en in een grote kom met wat water doen

Afdekken met plasticfolie

4 minuten microgolf

1. Bladerdeeg + bakpapier in een ijzeren vorm doen
GEEN glazen vorm anders wordt je bodem sompig
2. Schelletjes ham
3. Broccoli in stukjes
4. 2 blokjes mozzarella in schijfjes gesneden
5. Kruiden met Ras el hanout en Chimichurri
6. In kom
Brikje kokosmelk
4 eieren
Restje room 20% nog erbij gedaan
Kruiden met Chili-looksous van Lee Kum Kee
Klutsen
7. Gemixte in de oven gegaarde en ontvelde zoete paprika
Deze kan je makkelijk vooraf maken.
Als seizoen en prijs er is, laten meegaren in grote oventray met olijfolie als je je oven gebruikt, ontvellen en mixen en zo in porties invriezen
8. Gemalen kaas
9. 1 cheddar'ziz' kaasje

Oven : 180°C – 35 minuten

Met gemengde sla en witloof/appel/rozijn/griekse yoghurt

Snacks (nr 1544) Quiche met ham, broccoli, zoete paprika, mozzarella en kokosmelk

Fotos

