

## Ingrediënten en Recept



## Groentetaart met broccoli en wortel

☆☆☆☆☆

Lekkere groentetaart met broccoli en wortel. Hartige taart met basis van ei-mengsel met groenten.

**Gang** Hoofdgerecht

**Vorbereidingstijd** 20 minuten

**Bereidingstijd** 45 minuten

**Porties** 6 personen

### Equipment

- springvorm van 22 cm

### Ingrediënten

- 1 broccoli in roosjes
- 150 gram wortel in blokjes
- 1 paprika in blokjes
- 125 gram champignons in plakjes
- 1 teentje knoflook geperst
- 1 theelepel oregano
- 1 rol hartige taartdeeg
- 100 gram oude geraspte kaas
- 6 eieren
- 2 eetlepels melk
- 1 snuf cajunkruiden
- olijfolie om in te bakken en in te vetten
- Zout en peper

### Instructies

1. Verwarm de oven voor op 200 graden en vet de bakvorm in.
2. Kook de broccoliroosjes en de blokjes wortel 8 minuten voor.
3. Verwarm olie in een grote koekenpan en bak hier de champignons met paprika en knoflook in aan. Breng op smaak met zout, peper en oregano.
4. Bekleed ondertussen de bodem en de zijanten van de springvorm met het deeg.
5. Roer in een grote kom de eieren met de melk los. Breng op smaak met zout en cajunkruiden en roer de kaas erdoor. Roer hierna ook het groentemengsel door het quichebeslag.
6. Giet de vulling in de vorm.
7. Bak de hartige taart 30 minuten in de oven tot de vulling gestold is, en het deeg goudbruin en gaar is.

## Bron



<https://brendakookt.nl/recepten/groentetaart-met-broccoli-en-wortel/>

## Info Martine Lycke

01/02/2024

Bladerdeeg met papier in vorm van 24 cm  
Randen even hoog als springvorm  
En deeg prikken met een vork

Broccoli en wortelen  
In grote kom + wat water + afdekken met folie  
Microgolf 6 minuten

100 g spekjes bakken met  
1 rode ui  
1 geschilde gele paprika  
Toscaanse kruiden  
Cajun kruidenmix  
+ hier reeds klaargemaakte champignons (anders champignons eerst  
mooi apart bakken, zodat het water verdampt is)

6 eieren  
4 el room  
2 el melk  
Nog wat cajun kruidenmix  
Geraspte kaas  
Mengen met spekjes mengsel

Broccoli en wortelen op bladerdeeg schikken – zie foto  
Daarna eimengsel  
Goed aandrukken en de broccoli mooi bedekken

Oven: Voorverwarmde hete lucht oven (Chef microgolf) 200°C – 30  
minuten

Fotos

