

Ingrediënten en Recept



We beginnen met de groentjes klaar te maken

- * Spinazie laten slinken in een grote pan
Laten uitlekken in vergiet en fijner snijden

- * De broccoli (1 kleine), 2 wortelen en 1 kleine courgette in blokjes snijden en aanstoven in olijfolie
Chimichurri kruiden, pijnboompitten en pecannoten op het einde toevoegen en

efkes laten meebakken. De spinazie toevoegen en omroeren

- * In 24 cm vorm (ijzeren) kruimeldeeg met bakpapier leggen
- * Prikken met vork
- * Laag groenten erop
- * Eimengsel:
 - * 4 eieren
 - * 200 ml rode room
 - * Lookgranulaat
 - * Chilipeper en kaneel
- * Daarop wat geraspte emmental
- * Stukjes geitenkaas, korst verwijderd en in schijfjes gesneden
- * Geraspte mozzarella



Oven, 180°C – 40 minuten
Na 25 min afgedekt met bakpapier

Bron: Martine Lycke, 06/05/2026