

Quiche met courgette spirelli

Hoofdgerecht 2 personen



Quiche: waarom eten we dat eigenlijk niet elke dag? Een supermakkelijke maaltijd wanneer alles snel-snel moet, je kunt er je restjes in kwijt én wanneer je er iets meer van maakt kun je er praktisch de hele week van eten. En deze variant met courgette is ook zeker een dikke aanrader!

🕒 40 – 50 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 4 plakken bladerdeeg
- ½ courgette
- 175 gram slagroom
- 50 gram geraspte kaas
- 2 eieren
- 3 wortels
- peper
- zout

ZO MAAK JE HET:

1. Schil de groenten met de spirelli in lange linten.
2. Klop de eieren los met de room
3. Bekleed een springvorm met bladerdeeg.
4. Verwarm de oven voor op 180 graden.
5. Verdeel de groentelinten in de bakvorm.
6. Breng het roommengsel op smaak met peper en zout, giet over de linten.
7. Druk de linten een beetje aan, zodat ze onder de room staan.
8. Verdeel de kaas over de quiche en bak in 40 minuten goudbruin en gaar in de oven.
9. Laat de quiche 5 minuten afkoelen en verwijder de metalen rand van de vorm.