


Bewust en lekker

Quiche met paprika en champignons

Lunch – brunchgerecht 2 personen



 25 + 35 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 125 g champignons, plakjes
- 75 g spekreepjes (magere), blokjes
- 1 paprika, zaadloos, in blokjes
- 1 el peterselie, gesnipperd
- 4 eieren
- 125 ml room
- peper
- 5 plakken bladerdeeg
- 50 g geraspte kaas
- Boter
- 1 el paneermeel

Materiaal: Springvorm 18 – 22 cm

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven op 200 graden.
2. Bak de spekreepjes in een pan.
3. Voeg de paprika in blokjes en champignons in plakjes toe.
4. Bak 5 minuutjes en voeg de peterselie toe.
5. Laat de groenten en spekjes eventueel uitlekken als er veel vocht of vet vrij is gekomen.
6. Vet de springvorm in.
7. Bekleed de springvorm in met bladerdeeg en prik wat gaatjes in de bodem.
8. Bestrooi de bodem met een dun laagje paneermeel.
9. Klop de eieren los met room en breng op smaak met een snufje peper.
10. Voeg de geraspte kaas toe en meng er samen met de gebakken spekjes en groenten doorheen.
11. Giet het mengsel in de bekleedde springvorm.
12. Bak de quiche met champignons 35 minuten in de oven tot hij gaar is.
13. Serveer de quiche warm.