

**5 ingrediënten** Voorraad artikelen zoals water, bak- en braadmiddelen, peper en zout, tellen niet mee aan de 5 ingrediëntenlijst, die heb je altijd al in huis!



## Quiche met pompoen

of minder...

**2 PERSONEN**

⌚ 45 minuten

**DIT HEB JE NODIG:**

-  6 vellen filodeeg
-  400 g pompoenblokjes, diepvries, ontdooit
-  4 eieren
-  100 ml Griekse yoghurt
-  150 g Parmezaanse kaas

**MATERIAAL:** springvorm Ø 20 cm,

**ZO MAAK JE HET:**

1. Laat het filodeeg in de verpakking ontdooien.
2. Verwarm de oven voor op 180°C.
3. Snijd de pompoenblokjes nog iets kleiner.
4. Breng een pan water aan de kook en kook de pompoenblokjes 4 minuten.
5. Vet een springvorm van 20 centimeter doorsnede in met een beetje olie en leg een vel filodeeg op de bodem.
6. Leg vervolgens 1 vel filodeeg met één punt in het midden op de bodem, zodat ongeveer de helft van het vel over de rand hangt.
7. Herhaal dit met 4 vellen, totdat de rand van de springvorm helemaal bedekt is.
8. Meng de eieren met de yoghurt, Parmezaanse kaas en de pompoenblokjes en breng op smaak met peper en zout.
9. Giet het mengsel in de taartvorm.
10. Zet de quiche met pompoen 25-30 minuten in de oven.

*Eet smakelijk!*

**BRON:** [chickslovefood.com](http://chickslovefood.com)

