

Quiche met zalm en broccoli

hoofdgerecht

Voorbereiding: 15 min. Bereidingstijd: 45 min. Totale tijd: 1 uur. Voor 4 personen.

INGREDIËNTEN

250 gr. Broccoli
10 plakken filodeeg (ontdooid)
3 middel grote eieren
75 ml melk
125 gr. crème fraîche
1 theel. uienpoeder
1 theel. knoflookpoeder
Olijfolie, peper en zout
75 gr. Geraspte cheddar
150 gr. Warm gerookte zalm
1 quichevorm (diameter ca. 24 centimeter)
Keukenkwastje

BEREIDINGSWIJZE

- 1- Verwarm de oven voor op 175 graden,
- 2- Snijd de broccoli in roosjes en blancheer deze in ca. 5 min. beetgaar in ruim water met een snuffje zout,
- 3- Vet de quichevorm in en verdeel de vellen filodeeg over de quichevorm.
- 4- Smeer tussen elk vel met een keukenkwastje een beetje olijfolie,
- 5- Maak vervolgens de vulling door de eieren, melk, crème fraîche uienpoeder, knoflookpoeder en naar smaak peper en zout te mengen tot een egaal glad mengsel,
- 6- Schep hier de helft van de geraspte cheddar door,
- 7- Verdeel de broccoli en de warm gerookte zalm over de bodem en giet hierover de vulling,
- 8- Verdeel de rest van de geraspte cheddar erover,
- 9- Bak de quiche in ca. 45 min. goudbruin en gaar in de oven.



Eet smakelijk!