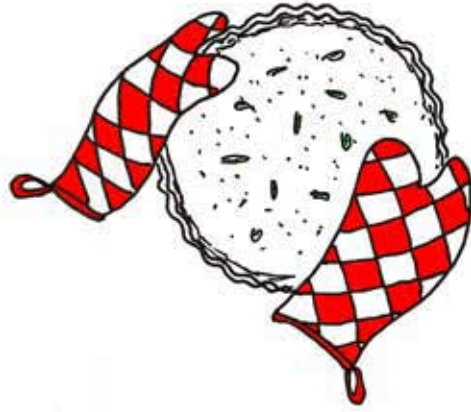


Zevenblad quiche (4 pers. / vegetarisch)

Bereiden: 15 min
 In de pan: 20 min
 In de oven: 30 min

Nodig:

- 1 vergiet vol zevenblad blaadjes (4 à 5 plakjes roomboterbladerdeeg (diepvries))
- 1 ui
- 1 flinke knoflookteen
- 3 eieren
- 200 ml slagroom
- 100 g geraspte pittig belegen kaas
- Zout & peper uit de molen
- Scheutje olijfolie
- Wat boter & bloem voor invetten vorm



Doen:

Oven voorverwarmen op 200°C.
 Was het zevenblad (alleen de blaadjes, niet de steeltjes) en laat uitlekken.
 Snipper de ui fijn en fruit in wat olijfolie in een grote pan of wok. Hak het zevenblad grof en doe erbij. Knijp de knoflookteen er boven uit en maal er flink wat peper over en evt. wat zout. Roerbak even en laat dan met deksel op de pan 20 min. zachtjes smoren. Nat? Goed uitduwen in een zeef. Laat intussen de plakjes bladerdeeg ontdooien en boetseer ze aan elkaar tot één lap. Vet een (spring)vorm (Ø24 cm) in met boter en bepoeder met bloem. Deeg erin Doe het zevenblad in de vorm → geen zorgen als het nog wat taai lijkt, dat komt goed in de oven.
 Strooi de geraspte kaas erover. Kluts de eieren los met de slagroom en giet erover. Bak in ± 30 min. gaar & goudbruin in de oven.

TIP!

Zevenblad is dat rare, hardnekkige onkruid uit de tuin

of neem 300 g pakklare spinazie

Die hoeft maar 5 min. te slinken

wel goed laten uitlekken!

Deeg bodem eerst voor bakken met droge bonen erin (15 min)

bakpapier

ANTI-ZOMPIGE BODEMTIP 1

verkruimeld beschuitje onderop

ANTI-ZOMPIGE BODEMTIP 2

Quiche eerst 15 min. onderin de oven bakken...

... daarna hoger

ANTI-ZOMPIGE BODEMTIP 3