

BOERENKOOKQUICHE



Voor 2 personen:

Ingrediënten

Wat heb je nodig:

- 400 gr verse gesneden boerenkool
- 1 tomaat
- 1 teentje knoflook
- olijfolie
- 3 eieren
- 6 plakjes bladerdeeg
- 50 gr oude kaas geraspt
- 100 ml kookroom
- Beetje paneermeel



SMAKELIJK ETEN

Bereiding

- Maak de boerenkool schoon, verwijder de nerven, was en snijdt fijn. Verwarm de oven voor op 200 gr.
- Snijdt de knoflook fijn en bak deze even in wat olijfolie. Roerbak hierin de boerenkool tot dat het wat geslonken is.
- Vet een quichevorm in en bekleed met het ontdooide bladerdeeg. Prik wat gaatjes in de bodem en de zijkant en bestrooi met een beetje paneermeel.
- Klop de eieren in een kom en voeg de kookroom toe en de geraspte oude kaas.
- Snijdt de tomaat in blokjes en voeg toe aan het eiermengsel.
- Roer de boerenkool erdoor en schep het in de quichevorm met het bladerdeeg.
- Bak de quiche ongeveer 30 min. tot hij gaar is.
- Serveer direct !