



Broccoli-hamquiche

Een stevige quiche boordevol broccoliroosjes en stukjes ham in een romige kaasvulling. Met een frisse salade erbij een complete maaltijd voor het hele gezin.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
25'	45'	6	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 1 vel quichedeeg (of kruimeldeeg)
- 300 gr broccoli
- 150 gr gekookte ham in blokjes
- 3 eieren
- 200 ml room
- 100 ml melk
- 100 gr geraspte kaas
- 1 ui
- 1 eetlepel boter

peper en zout
geraspte nootmuskaat

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 190 °C.
2. Bekleed een quichevorm van ongeveer 26 cm met het deeg en prik de bodem in met een vork.
3. Bedek de bodem met bakpapier en vul met droge bonen of bakgewichten. Blindbak 10 minuten, verwijder vervolgens het papier en de bonen en bak nog 5 minuten zodat de bodem lichtjes droogt.
4. Verdeel de broccoli in kleine roosjes en kook ze 4 minuten beetgaar in gezouten water. Giet af en spoel koud onder stromend water.
5. Snipper de ui fijn en stoof hem glazig in de boter op een matig vuur.
6. Klop de eieren los met de room en de melk. Breng op smaak met peper, zout en een snuf geraspte nootmuskaat.
7. Verdeel de broccoliroosjes, de blokjes ham en de gestoofde ui gelijkmatig over de voorgebakken bodem.
8. Giet het eiermengsel erover en bestrooi met de geraspte kaas.
9. Bak de quiche 30 minuten in de oven tot de vulling volledig gestold en goudbruin is.
10. Laat de quiche 10 minuten rusten voor je hem in punten snijdt.

Tip

Dep de broccoliroosjes na het afspoelen goed droog met keukenpapier. Zo blijft de vulling mooi stevig en wordt de bodem niet zompig.

Lekker met

Lekker met een frisse groene salade of een lichte tomatensalade.

Dranktip

Een droge witte wijn zoals een Chardonnay of een Pinot Gris past goed bij de romige kaasvulling.