



Zalm broccoli quiche uit de 3in1 oven

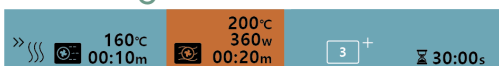
Bereiding

1. Kluts de eieren los en voeg hierbij de sojaroomb en de geraspte kaas. Klop dit, met een garde, goed luchtig. Voeg nu de gesneden prei en de broccoli roosjes toe en klop nog even goed door en breng op smaak met peper en zout.
2. Leg de 4 bladerdeegplakken, zonder het plastic velletje, op elkaar. Bestuif het aanrecht met een beetje bloem, leg hierop het stapeltje bladerdeeg. Rol het bladerdeeg uit zodat je de springvorm ruim kan bedekken. Bedek de bodem van de springvorm met bakpapier en bedek de springvorm met het uitgerolde bladerdeeg.
3. Zet de glazen magnetronschaal in het midden van de oven. Verwarm de oven voor op 160 graden combi-stoom stand 3. Giet nu het ei/prei/broccoli mengsel in de met bladerdeeg bedekte springvorm. Snij eventueel overtollig bladerdeeg weg. Verdeel de gerookte zalmsnippers over de bovenkant van de quiche.
4. Zet de quiche in de oven en gaar de quiche met fase bakken koken door middel van de volgende fases:
 - 1e fase: 10 minuten 160 graden combi-stoom stand 3
 - 2e fase: 20 minuten 200 graden hete lucht met 360 watt

Ingrediënten

- 5 eieren
- 250 ml sojaroomb
- Zout en peper naar smaak
- 100 gr geraspte kaas
- 200 gr gerookte zalmsnippers
- 1 kleine broccoli in kleine roosjes gesneden
- 1 kleine prei in stukken gesneden
- 4 bladen bladerdeeg + beetje bloem voor het uitrollen
- Springvorm van 22 cm

Instellingen COS824RVS/MAT



Pelgrim
mooi makkelijk