

MINI QUICHES MET MEDITERRANEAN FILET PIECES

INGREDIËNTEN

1 pak Garden Gourmet Sensational
Filet Pieces Mediterranean
Seasoning

4 plakjes hartige taartbodem of
bladerdeeg

100 g broccoli

4 artisjokharten (blik)

6 zongedroogde tomaten

100 ml (plantaardige) melk

100 ml (plantaardige) kookroom

50 gram geraspte (vegan) kaas

1 eetlepel maizena (of 1 ei)

zout en peper

 6 PORTIES

 47 MIN

 GEMIDDELD

Op zoek naar een vegan brunchrecept? Probeer deze mini-quiches met onze Sensationele Gemarineerde Stukjes Garden Gourmet en je zult er geen spijt van krijgen.

BEREIDING

1. ONTDOOI HET DEEG EN VERWARM DE OVEN. SNIJD DE BROCCOLI IN KLEINE ROOSJES EN BLANCHEER

Laat het deeg ontdooien en vet de muffinvorm licht in. Verwarm de oven voor op 180 ° C. Snijd de broccoli in hele kleine roosjes, blancheer ze kort in kokend water en spoel af met koud water.

2. MAAK VORMPJES VAN HET DEEG

Snijd de deegplakken met een ronde koekjesvorm (geschikt voor de muffinvorm) en bekleed hiermee de vormpjes. Rol eventueel overgebleven deeg uit om te gebruiken.

3. SNIJD DE GEMARINEERDE STUKJES KLEINER EN BAK DEZE. VUL DE VORMPJES

Snijd de Mediterranean Filet Pieces iets kleiner en bak ze kort in wat olie aan. Vul de vormpjes met tomatenblokjes, artisjok, broccoli, Mediterranean Filet Pieces en geraspte kaas.

4. MENG DE MELK

Meng de melk met de room en het ei of maizena. Breng op smaak met peper en zout.

5. GIET HET MENGSEL OP DE VULLING EN BAK DE QUICHES

Giet het mengsel over de vulling en bak de quiches in circa 25 minuten goudbruin en gaar in het midden van de oven. Laat ze afkoelen in de vormpjes en haal ze eruit.

**ONTDEK MEER RECEPTEN OP
GARDENGOURMET.BE/NL**