



## QUICHES VAN VOLKOREN BLADERDEEG

### FASE 4

4 PERSONEN 20 MINUTEN BEREIDEN 40 MINUTEN IN DE OVEN



#### Ingrediënten

- 1 pakje **volkoren bladerdeeg** (à 6 plakjes, biologische supermarkt)
- 1½ courgette
- 1 rode ui
- 375 g cherrytomaatjes aan de tak
- olijfolie, om te bakken
- 3 eieren
- 100 g Parmezaanse kaas, grof geraspt
- 3 takjes rozemarijn, alleen de blaadjes
- zwarte peper
- 1 geitenkaasje blanc 50+ (à 125 g)

#### Ook nodig:

bakpapier, 4 quichevormpjes (10 X 10 cm)

#### Bereiden

- 1 Verwarm de oven voor op 200 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier.
- 2 Haal het bladerdeeg uit de verpakking en laat de plakjes naast elkaar uitgespreid ontdooien.
- 3 Snij de courgettes in halve maantjes en de ui in halve ringen en verdeel ze samen met de tomaatjes (aan de tak) over het bakpapier. Sprenkel er wat olijfolie over en rooster de groenten ongeveer 15 minuten.
- 4 Halveer 2 plakjes bladerdeeg. Vet de quichevormpjes in met een beetje olijfolie en bekleed ze met het bladerdeeg. Gebruik steeds 1½ plakje; ze mogen elkaar iets overlappen. Laat het bladerdeeg een beetje uitsteken over de rand. Prik met een vork wat gaatjes in de bodem.
- 5 Haal de geroosterde groenten uit de oven. Leg 4 takjes van de tomaatjes apart, die komen bovenop de quiches.
- 6 Klop de eieren los en vermeng ze met de Parmezaanse kaas, rozemarijn en de overige geroosterde groenten uit de oven. Breng op smaak met wat peper.
- 7 Verdeel het mengsel over de quichevormpjes, leg de tomaatjes bovenop en verkruimel de geitenkaas erover.
- 8 Bak de quiches 20-25 minuten in de oven, wederom op 200 °C.

