



Quiche met prei, ham en bieslook

Ingrediënten

- 230 gram volkoren meel
- 5 eieren
- 230 gram magere plattekaas
- 80 gram geraspte lightkaas
- 100 gram ham (gekookt)
- 100 ml halfvolle melk
- 4 stengels prei
- 3 eetlepels arachideolie
- 1 eetlepel vloeibare margarine
- 1/4de plantje verse bieslook
- Nootmuskaat
- Peper en zout

Bereidingswijze

1. Meng de plattekaas met 2 eetlepels olie. Voeg het meel toe en kneed er een deeg van. Laat 20 minuten afgedekt rusten in de koelkast.
2. Maak de prei schoon en snijd in ringen. Was de bieslook en snijd fijn. Snijd de gekookte ham in kleine stukjes.
3. Verwarm de heteluchtoven voor op 200°C. Bestrijk een springvorm met 1 eetlepel olie.
4. Stoof de prei kort aan in een hete pan met margarine. Kruid met peper, nootmuskaat en zout. Laat de prei hierna afkoelen.
5. Klop de eieren met de melk los en roer de geraspte kaas erdoor. Kruid met peper.
6. Rol het deeg uit tot ongeveer 1 cm en bekleed hiermee de vorm.
7. Schep de prei, ham en bieslook in de vorm en schenk het eiermengsel erover.
8. Bak de quiche 20 tot 30 minuten in de oven.

