



## Recept

# Ovengebakken winterse quiche

### Boodschappenlijstje 3/4 personen:

6 tot 8 plakjes deeg voor hartige taart  
400 gram champignons  
2 bosuien  
1 teentje knoflook  
1 rode ui  
1 waspeen  
klein beetje geraspte gember  
1 takje peterselie  
mespuntje zout  
3 eieren  
olijfolie  
150 ml sojamelk  
paneermeel

### Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Bekleed de bakvorm met de plakjes deeg.

Maak de champignons schoon met een champignonborstel of keukenpapier en snijd ze vervolgens in stukjes. Maak de waspeen schoon en snijd ze vervolgens in hele fijne stukjes. Doe een scheutje olijfolie in de pan en bak de champignons, rode ui, stukjes waspeen en knoflook ongeveer in 3 minuten.

Voeg vervolgens de geraspte gember, zout en verse peterselie toe. Schep het mengsel daarna in de springvorm. Klop de eieren en de sojamelk door elkaar en giet het vervolgens over het mengsel in de bakvorm. Bedek de quiche met een laagje paneermeel en sprenkel er olijfolie overheen en bak de winterse quiche in ongeveer 30 minuten goudbruin.