

# Miniquiche



## Ingrediënten voor 15 miniquiches

- 1 vel bladerdeeg
- 300 g Champignons
- 200 g Prei
- 1,5 – 2 Tomaten
- 300 g Feta light
- 4 Eieren
- 50 ml magere melk
- 100 g Philadelphia light
- Peper en zout
- bakparels / gedroogde witte bonen



→ Uiteraard kunnen de porties van bovenstaande ingrediënten aangepast worden om grotere quiches te maken.

## Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Neem een cirkelvormpje en maak cirkeltjes uit het bladerdeeg die ongeveer even groot zijn als de vormpjes in de bakvorm.
- Leg het bladerdeeg in de bakvorm en doorprik ze met kleine gaatjes.
- Dek het bladerdeeg af met wat bakpapier en leg de witte droge bonen (of bakparels) op, om te voorkomen dat de bodem naar boven komt.
- Bak de bodem 15 minuten in de oven en laat deze afkoelen, daarna mogen de witte droge bonen (of bakparels) er af.
- Snijd de champignons, prei en tomaat in fijne stukken.
- Bak de prei en de champignons even aan in een pan en kruid met peper en zout.
- Verdeel de aangebakken groenten (zonder vocht) en de tomaat in de voorgebakken bladerdeeg bodempjes .
- Snijd de fetakaas in kleine stukjes en leg deze erin.
- Doe de eieren in een kom, roer ze goed door elkaar en kruid af naar smaak.
- Doe de melk en philadelphia light bij het eimengsel en klop alles goed onder elkaar.
- Giet dit mengsel over de groenten en bestrooi dit met de fetakaas.
- Zet de quiche in de oven voor ongeveer 30 minuten. De quiche is onmiddellijk na het bakken klaar om te eten maar kan ook koud opgegeten worden.