1A+1B

Meat

Herzhafte Quiche

Zubereitungszeit
45 minuten

Portionen
Voor 4 personen

Zubereitungsart

1. Den Ofen auf 200 °C vorheizen. Die Käsekekse in einer Küchenmaschine fein mahlen und mit der Butter vermengen. Die Mischung für den Boden auf einem mit Backpapier belegten Springformboden verteilen und gut andrücken. Den Boden 5 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Die Eier mit dem Boursin Cuisine, Pfeffer und Salz aufschlagen.
2. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel andünsten bis sie glasig ist. Lauch und Champignons hinzufügen und noch ca. 5 Minuten bei hoher Hitze mitbraten. Das Gemüsgemisch in ein Sieb geben und mit der Rückseite eines Löffels die meiste Flüssigkeit herausdrücken. Das Gemüse zurück in die Pfanne geben und die Eiermischung, Schinkenwürfel und Kräuter einrühren. Die Mischung auf die Springform geben und Tomatenscheiben und Oliven darauflegen. Mit Alufolie abdecken. Die Quiche dann 20 Minuten im Ofen backen, die Alufolie entfernen und noch einmal 20 Minuten backen.

Zutaten

- [ ] 4 Beutel PS. food & lifestyle kaaskoekjes
- [ ] 150 g Schinkenwürfel
- [ ] 4 Eier
- [ ] 200 g Champignons, in Stücken
- [ ] 1 Tomate, in Scheiben
- [ ] 1 Schalotte, in Stücken
- [ ] 3 dünne Stangen Lauch, in Stücken
- [ ] 4 EL Boursin Cuisine light
- [ ] 5 schwarze Oliven, halbiert
- [ ] 1 TL Paprikapulver
- [ ] 1 EL Schnittlauch, fein gehackt
- [ ] 1 EL glatte Petersilie, fein gehackt
- [ ] 1 EL geschmolzene Butter
- [ ] 1 EL Olivenöl
- [ ] Salz
- [ ] Pfeffer

Nährwerte pro Person

Energie	**451 kcal**
Kohlenhydrate	**4 g**
Fett	**25 g**
Eiweiß	**34 g**