



Rodebietenquiche met feta en een rucolasalade



30-40min



2 personen

Een elegante quiche die niet alleen visueel indrukwekkend is, maar ook qua smaak geen grappen maakt. Het deeg wordt knapperig voorgebakken vervolgens gevuld met geroosterde rode biet en een fijne feta-mierikswortelspread. De notachtige rucolasalade vult 'm perfect aan.

Wat je van ons krijgt

- 1 rol quichedeeg ¹
- 1 rode biet
- 1 stukje verse mierikswortel
- 1x feta ⁷
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 2 eieren ³
- 1x rucola

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- ronde quichevorm
- bakpapier
- blindbakgewicht (rijst of bonen)
- middelgrote koekenpan
- staafmixer met beker
- dunschiller
- keukenrasp

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1139kcal, vet 82.7g, koolhydraten 68.2g, eiwit 26.6g



1. Deeg voorbakken

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Rol het **deeg** met aanklevend papier uit over een ronde quichevorm. Snijd de **quicherand** netjes bij, dek het **deeg** af met bakpapier en verdeel de blindbakvulling er gelijkmatig over (droge rijstkorrels of linzen werken prima). Bak het **deeg** 12-15min voor. Verwijder het bakpapier met de blindbakvulling en bak het **deeg** nog ca. 5min.



4. Fetacrème maken

Doe de **feta** met de **crème fraîche**, **eieren**, **mierikswortel**, 1tl zout en een flinke snuf peper in een hoge (maat)beker en pureer tot een gladde **massa**.



2. Bieten raspen

Schil de **bieten** en rasp ze grof. De **bieten** geven af, dus gebruik evt. handschoenen of was je handen direct na het raspen. Schil en rasp de **mierikswortel** fijn.



5. Quiche bakken

Schep de **bietenrasp** in de **quichevorm** en schenk het **kaas-eiermengsel** erover. Je kunt het **mengsel** evt. via de bolle kant van een lepel in de vorm gieten, zo blijft de **vulling** intact. Verlaag de oventemperatuur naar 180°C (160°C hetelucht) en bak de **quiche** nog 15-20min tot de **vulling** gestold is en de randen goudbruin zijn.



3. Bieten koken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en bak de **bietenrasp** 5-6min, tot het meeste sap verdampt is. Breng op smaak met peper en zout.



6. Salade mengen

Laat de **quiche** voor het aansnijden nog 5-10min rusten. Klop een **dressing** van 1el olijfolie, 1el azijn en een snufje zout, suiker en peper. Hussel om met de **rucola** en serveer met de **quiche**.