

INGREDIËNTEN 6 PORTIES 47 MIN GEMIDDELD

1 Pak Garden Gourmet Vegan Sensational Kipstukjes Mediterraans

4 plakjes hartig taartdeeg of bladerdeeg

100 g broccoli (ongeveer)

4 artisjokharten (blik)

6 zongedroogde tomaten

100 ml plantaardige melk

100 ml plantaardige kookroom

50 g geraspte vegan kaas

1 eetlepel maizena (of 1 ei)

zout en peper

Als je een origineel en veganistisch brunch / lunchrecept wilt, dan is dit jouw kans! Probeer deze mini-quiches eens en u zult er geen spijt van krijgen!

INSTRUCTIES VOOR BEREIDING**1. Ontdooi het deeg en verwarm de oven. Snijd de broccoli in kleine roosjes en blancheer**

Laat het deeg ontdooien en vet de muffinvorm licht in. Verwarm de oven voor op 180°C. Snijd de broccoli in hele kleine roosjes en blancheer ze kort in kokend water en spoel af onder koud water.

2. Maak vormpjes van het deeg

Snijd de plakjes deeg uit met een ronde uitsteker (geschikt voor de muffinvorm) en bekleed hiermee de vormpjes. Rol het overgebleven deeg uit om te gebruiken.

3. Snijd de gemarineerde stukjes kleiner en bak deze. Vul de vormpjes

Snijd de gemarineerde stukjes wat kleiner en bak ze kort in een beetje olie tot ze licht worden. Vul de vormpjes met tomatenblokjes, artisjok, broccoli, gemarineerde stukjes en geraspte kaas.

4. Meng de melk

Meng de melk met de room en het ei of maizena. Breng op smaak met peper en zout.

5. Giet het mengsel op de vulling en bak de quiches

Giet het mengsel op de vulling en bak de quiches in ca. 25 minuten gaar en bruin in het midden van de oven. Laat ze afkoelen in de vormpjes en haal ze er dan uit.

**CHECK VOOR MEER RECEPTEN
GARDENGOURMET.NL**