



Barbequiche met vis

Ingrediënten

- * 12 quiches (8,5cm) 350056
- * 500 gram witvis, gestoomd & in blokjes
- * 250 gram broccoliroosjes, geblancheerd 400643
- * 250 gram zongedroogde tomaatjes, fijnggehakt 502164
- * 6 dl kookroom (cuisine Blue Band) 502164
- * 4 dl heelei, vloeibaar 506922
- * 200 gram geraspte kaas 500056
- * half bosje dille, fijngesneden
- * peper & zout of viskruiden
- * olie
- * aluminiumfolie

Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 180°C en bak de lege quiches 3 minuten.
- Laat afkoelen en bestrijk de binnenkant licht in met het vloeibare ei.
- Meng de broccoli, de witvis en de zongedroogde tomaatjes door elkaar.
- Vul de quiches met het mengsel.
- Meng de room met het ei, dille en wat peper en zout.
- Giet dit vloeibare mengsel over de quiches.
- Bestrooi met geraspte kaas en bak deze nog 18 minuten af in de voorverwarmde oven van 180°C.
- Laat afkoelen.
- Verpak de quiches losjes in aluminiumfolie en bak deze af op een warme barbecue voor 12 minuten.

VAV divers

Zwarthoofd 2
4878 AL Etten-leur
T: 076 50 43 000
F: 076 50 43 025

Arts divers

De Grens 28
6598 DL-Heijen
Gennep, Limburg
T 0485 - 51 83 88

VDB divers

De Hooge Krocht 100
2201 EZ Noordwijk
T: 071 40 20 101
F: 071 40 22 014