



Hoofdgerechten

Tex-mex quiche

Voor 4 personen.

Ingrediënten

150 gram kidneybonen (gespoeld, uitgelekt)
100 gram maïs (korrels, gespoeld, uitgelekt)
300 gram gehakt (gemengd)
100 gram cheddar (geraspt)
200 milliliters lichte room
100 gram zure room
50 gram tortillachips
1 pak kruimeldeeg
3 eieren
1 rode ui (gesnipperd)
1 bosje koriander
1 groene paprika
1 rode paprika
1 gele paprika
1 theelepel korianderpoeder
1 theelepel paprikapoeder
1 theelepel chilipoeder
arachideolie
peper
zout

Bereidingswijze

Verwarm de oven voor op 180°C. Ontpit de paprika's en snij in kleine blokjes. Bekleed een quichevorm met het kruimeldeeg. Prik er met een vork gaatjes in. Leg er een vel bakpapier op en vul met bakbonen of droge rijst. Zet 15 minuten in de oven.

Fruit de helft van de ui in olie glazig. Voeg het gehakt toe en bak rul. Kruid met peper, zout, chilipoeder, paprikapoeder en korianderpoeder. Voeg de paprikablokjes toe en bak 5 minuten verder. Schep er de bonen en de maïs onder.

Klop de eieren met de room los en kruid met peper en zout. Haal de quichebodem uit de oven, verwijder de bakbonen en het bakpapier. Strooi de helft van de kaas over de bodem. Schep er het paprika-gehaktmengsel op. Giet er het eimengsel over en bestrooi met de resterende kaas. Zet 30 minuten in de oven.

Schep een lepel zure room op de quiche en werk af met de resterende rode ui en de koriander. Verkruimel er tot slot de nacho chips over.

Keukenbenodigdheden

Oven

Quichevorm

