

QUICHE VAN FOREL MET RIVIERKREEFTJES EN GROENE ASPERGES



Ingrediënten (6 personen):

100 g gerookte forel
150 g rivierkreeftjes
330 g groene asperges (evt bokaal)
wat groene salade om bij de quiche te serveren
uitgerold bladerdeeg (230 g Galaxi)
3 eieren
2 dl room
150 g verse plattekaas
8 kleine kerstomaatjes
1 wortel
2 el verse fijngesneden bieslook
2 kl dille
mespunt cayennepeper
paprika
peper en zout

KEUKENHULPJES TIJDENS HET BAKKEN: taartvorm (ong. 28 cm),
bakpapier en droge bonen

Bereidingswijze:

VOORBEREIDING:

Leg het deeg samen met het bakpapier in een taartvorm van ongeveer 28 cm. Doorprik het enkele keren met een vork. Bedek het deeg met



een velletje bakpapier of aluminiumfolie, dat u bestrooit met droge bonen (zo zal de vorm van het deeg behouden blijven). Laat een 10-tal minuten bakken op 200°C.

Haal het deeg uit de oven. Verwijder het bovenste vel bakpapier of aluminiumfolie met de gedroogde bonen.

Gaar de asperges beetgaar (of laat ze uitlekken indien aankoop van een bokaal) en snij de kerstomaatjes in schijfjes met een zeer scherp mes (3 à 4 schijfjes per kerstomaatje).

Snij de wortel in fijne staafjes van +/- 5 cm lang.

BEREIDING:

(10 min + 30 min baktijd - de dag voordien)

Breek de forel in stukjes en verdeel ze over de bodem van het voorgebakken deeg. Hak de rivierkreeftjes grof (maar hou er een 8-tal apart voor de versiering) en verdeel eveneens over de taartbodem.

Knip het onderste van de asperges in stukjes, tot +/- 10 cm van de punt. Verdeel de stukjes over de taartbodem en hou de rest apart voor de versiering.

Klop de eieren, de kaas en de room met bieslook, dille, cayennepeper, paprika, peper en zout tot een homogeen mengsel (voeg niet té veel zout toe, de forel is al gezouten!). Giet het mengsel in de taartbodem.

Versier de quiche met afwisselend een reepje wortel en een asperge en schik de kerstomaatjes aan de buitenkant. Leg de rivierkreeftjes in het midden.

Laat ongeveer 30 minuten bakken in een voorverwarmde oven op 200°C (de vulling moet volledig gestold zijn).

AFWERKING:

Dien de taart koud of lauw op met een groene salade.