

Mini quiches met sjalot en gamba

Waarom een sjalot?

De sjalot geeft de quiches een pittige en volle smaak.

Soort gerecht: Als groentegarnituur bij een hoofdgerecht, als voorgerecht of snack.

Bereidingstijd: 30 minuten

Recept voor 4 personen

4 gamba's (maat 16/20)

2 sjalotten (50 g)

50 g venkel

50 g prei

½ teentje knoflook

4 bladerdeegplakjes

½ dl eidooier

½ dl slagroom, ongezoet

½ dl olijfolie

50 g versgeraspte Parmezaanse kaas

Zout en peper

4 lage bakvormpjes Ø 10 cm



Verwarm de oven voor op 170 °C. Rol het bladerdeeg licht uit en bedek de bakvormpjes. Prik met een vork een paar gaatjes in het deeg en bak ze in ongeveer 10 minuten lichtbruin.

De sjalotten halveren en ragfijn snipperen. De knoflook pellen, halveren, kiem verwijderen (deze smaakt bitter) en fijnhakken. De prei in de lengte halveren, wassen en in dunne ringen snijden. De venkel in kleine blokjes van ½ bij ½ cm snijden. De gamba's pellen, het darmkanaal verwijderen en in blokjes van 1 bij 1 cm snijden. Vermeng de eidooier met de slagroom en breng op smaak met zout en peper.

Verhit de olijfolie in een koekenpan en fruit sjalot, knoflook en gamba een paar minuten. Voeg venkel en prei toe en roerbak nog 2 minuten. Haal van het vuur af, laat even afkoelen en roer het eidooiermengsel er doorheen. Breng op smaak met zout peper en schenk het mengsel in de bakvormpjes. Bestrooi met de Parmezaanse kaas en bak de quiches in ongeveer 12 minuten gaar en goudbruin in de oven op 170 °C.

Tips:

- Bak een quiche nooit te heet of te lang, hierdoor kan de eidooier gaan schiften en bindt deze niet meer.
- Voeg room en eidooier nooit toe aan een heet mengsel: hierdoor kan de eidooier stollen en krijgt u klontjes in de quiche.
- Een gamba is een grote garnaal en een scampi is een kleine kreeft. Gamba's kunnen koud worden gegeten, maar ze zijn ook uitermate geschikt om te koken, grillen, bakken, roerbakken of voor op de barbecue.