

Quiche s cvjetačom i špinatom



NAČIN PRIPREME
Srednje složena priprema



VRIJEME PRIPREME
30 - 60 min



BROJ PORCIJA
4

Sastojci

Za tijesto:

180 g glatkog brašna
80 g K plus maslaca
20 ml hladne vode
20 g K plus kiselog vrhnja
prstohvat soli
Za punjenje:

100 g pirea od špinata
2 jaja
100 g K plus vrhnja za kuhanje
100 g cvjetače
prstohvat soli
par sjemenki crnog sezama

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Hladni maslac narežite na kockice i stavite u multipraktik s brašnom i malo soli.

Pulsirajte par puta dok se sav maslac ne izmiješa s brašnom te dodajte kiselo vrhnje i jako hladnu vodu. Pulsirajte dok se tijesto ne skupi u grubu kuglu. Potom rukama oblikujte pravokutnik, umotajte ga u prijanjajuću foliju i ostavite u hladnjaku barem pola sata.

Odstajalo tijesto razvaljajte na debljinu od pola centimetra i utisnite u kalup.

Tako pripremljeno tijesto nabodite i prekrijte papirom za pečenje. Napunite površinu papira nekim utegom poput riže ili graha i pecite naslijepo 12 minuta na 200 °C.

Za to vrijeme pripremite nadjev. Špinat, jaja i vrhnje za kuhanje posolite i izmiješajte pjenjačom.

Cvjetaču operite i usitnite na manje komade na taj način da u paru pripremite 1 veći komad sa stapkom koji će predstavljati tijelo ovčice, i manji koji će predstavljati glavu. Kuhajte 10 minuta pa procijedite i posušite.

Izvadite tijesto iz pećnice, odstranite papir s utegom i ulijte smjesu sa špinatom.

Pecite 15 minuta na istoj temperaturi pa po polupečenoj površini quichea koja predstavlja travu rasporedite pripremljenu cvjetaču.

Pecite još 10 minuta i kad se rashladi u manji komad cvjetače utisnite 2 sjemenke sezama tako da dobijete oči. Dobar tek!