



Quiche bez kore

 NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema

 VRIJEME PRIPREME
> 60 min

 BROJ PORCIJA
4 osobe

Sastojci

400 g zelenog povrća (npr. šparoge, poriluk, brokula, grašak, mahune)
50 g K Plus Grane Padano (ili nekog drugog sira)
15 ml ulja
7 K Plus jaja
sol
papar

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Zagrijte pećnicu na 170°C i s uljem lagano premažite površinu kalupa za tortu (pripazite da kalup ne propušta, tako da vam smjesa ne iscuri) ili pleh.

U tavu dodajte 15 ml ulja i povrće nasjeckano na manje komadiće. Lagano posolite i popaprite. Dinstajte 5-7 minuta da povrće omekša i pusti višak tekućine. Prebacite ga u pripremljen kalup.

Ravnomjerno pospite sir preko povrća. Pažljivo ulijte razmućena jaja i pecite 30-35 minuta. Ohladite u kalupu najmanje 10 minuta prije nego što narežete i poslužite.