MINI QUICHE Z LISTOVÉHO TĚSTA

6 | 40 MIN | STŘEDNĚ POKROČILÍ

SLOŽENÍ

1 balení Garden Gourmet Veggie nudličky

1 balení listového těsta (rozváleného)

100 g brokolice

4 ks artyčoku z plechovky

6 ks sušených rajčat

100 ml rostlinného mléka

100 ml rostlinné smetany na vaření

50 g strouhaného sýra

1 lžíce kukuřičného škrobu

sůl a pepř

Pokud chcete originální, veganský recept na společný brunch, teď je vaše příležitost oslnit! Vyzkoušejte tyto mini quiche a nebudete litovat! Hodí se nejen jako brunch nebo hravý oběd, ale uděláte s nimi mnoho parády i na zahradních grilovačkách nebo večírcích, kde dobře poslouží jako vítané občerstvení. Díky své velikosti se hodí i jako svačinky na výlet nebo pro děti do školy. Možností, jak je využít, je zkrátka nekonečné množství!

PŘÍPRAVA

1. KROK

Těsto nechte rozmrazit na pokojovou teplotu a formu na muffiny lehce vymažte olejem. Předehřejte troubu na 180 ° C. Brokolici rozdělte na drobné růžičky a krátce je blanšírujte ve vroucí vodě, poté opláchněte studenou vodou.

2. KROK

Kulatým vykrajovátkem, vhodným pro formu na mufiny, vykrojte plátky těsta. Ty pak vložte jednotlivě do otvorů formy. Pokud chcete, nemusíte používat listové těsto, ale těsto, se kterým se quiche standardně připravuje. V takovém případě ho ale musíte nechat předpéct ještě předtím, než quiche naplníte vámi vybranou směsí.

3. KROK

Garden Gourmet kousky nakrájejte nadrobno a krátce je opečte na troše oleje, dokud nebudou zlatavé. Vyloženou formu listovým těstem naplňte nakrájenými sušenými rajčaty, artyčoky, brokolicí, marinovanými kousky a strouhaným sýrem. Pro ryze veganskou variantu použijte veganský sýr. Do směsi můžete přidat i další zeleninu či bylinky, které máte rádi. Výborné jsou například mini quiche se špenátem nebo restovanou cibulí. Jednoduše do nich ale zapracujete prakticky cokoliv, co by se jinak zkazilo.

4. KROK

Mléko smíchejte se smetanou a kukuřičným škrobem (nebo vajíčkem). Dochuťte solí a pepřem. Přidat můžete ale i červenou papriku, oregano nebo bazalku.

5. KROK

Směs nalijte do forem a pečte quiche asi 25 minut, dokud nezhnědnou a nejsou hotové uprostřed. Hotové quiche nechte vychladnout a poté je vyndejte z formy. Dobrou chuť!

NEJDĚTE VÍCE RECEPTŮ NA GARDENGOURMET.CZ