

Ingrediënten voor 4 personen

Voor het gistdeeg: 30 g verse gist
75 ml melk 75 ml lauwwarm
water 250 g tarwebloem TL zout
1 EL boter een beetje bloem voor
het uitrollen een beetje vet voor
de vorm Voor de garnering: 750 g
uien 1 1/2 EL boter 400 g
appelen (bijv. Cox Orange of
Boskoop) 100 g blauwe
schimmelkaas een snufje zout
zwarte peper 2 EL maanzaad 1
EL tijm 200 g zure room 100 g
slagroom 3 eieren 1 EL
tarwebloem

Tijd: > 1 uur

Smaak: Hartig

Eigen_keuken: Nee

Vegetarisch: Nee

QUICHE MET APPEL, UI EN MAANZAAD

Heel apart deze quiche, je zult er geen van krijgen, dat je hem gemaakt hebt.

Hulpmiddelen

1 springvorm van 28 cm, mixer met kneedhaken

Vorbereiding

Voor het deeg: de gist met de lauwarme melk en het water door elkaar roeren. Bloem, zout en de boter in kleine stukjes in een schotel doen. De opgeloste gist erbij voegen en alle ingredienten met de deeghaak van de handmixer op de laagste stand tot een deeg kneden. Het deeg vervolgens nog even met de handen verder kneden tot het glad en soepel is. Laat het dan afgedekt op een warme plaats ongeveer 30 minuten rijzen. Intussen voor de garnering de uien pellen, in vieren delen en in fijne ringen snijden. Laat ze in de boter op een matig vuur in ongeveer 20 minuten zachtjes stoven, terwijl u af en toe roert. Ondertussen de appelen schillen, in vieren delen en de klokhuisen verwijderen. De stukken appel in heel dunne partjes snijden. De kaas in kleine stukjes snijden. De bakoven op 200 C voorverwarmen.

Bereidingswijze

De uien flink met zout en peper kruiden. Meng ze met de appelen, de kaas, 1 1/2 eetlepel maanzaad en de tijm (afgezien van 1/2 eetlepel om later te bestrooien). Het deeg op een met bloem bestrooid werkblad uitrollen. De bakvorm invetten en het deeg erin leggen. Daarbij een ongeveer 5 cm hoge rand vormen. De zure room met de slagroom de eieren en de bloem door elkaar klutsen. De helft van de bovenlaag met het mengsel van appelen en uien vermengen. Het mengsel over het deeg verdelen. De overgebleven bovenlaag erover gieten. De quiche met de resterende 1/2 eetlepel maanzaad bestrooien en op het onderste rooster van de oven in ongeveer 40 minuten goudgeel bakken.

Serveertips

De quiche voor het serveren met de resterende tijm bestrooien en nog een paar minuten laten rusten.