

Tonijn / Broccoli Taart

Ingrediënten

3 á 4 plakjes diepvries bladerdeeg (afhankelijk van de grootte van de vorm)

1 grote broccoli (alleen de roosjes)

blikje tonijn (op water)

evt: teentje knoflook (uitgeperst) en een klein uitje (ragfijn)

15 ml volle melk

3 eieren

Flinke eetlepel bloem

zakje geraspte oud amsterdam ca. 100 gram

Paprikapoeder, zout en peper....

Quichevorm (evt bekleed met bakpapier, werkt prima tegen aanbakken)

Bereidingwijze

1. Schoonmaken en snijden als aangegeven, voor de broccoli is het lekker als het kleine stukjes zijn
2. Tonijn uit laten lekken.
3. Bladerdeeg uitrollen en in de vorm doen
4. Melk, bloem en eieren kloppen, kruiden, (knoflook, ui), tonijn, broccoli en deel kaas erbij.
5. Schenk mengsel in quichevorm, goed aandrukken
6. Rest kaas erover
7. Afbakken in oven op ca. 180 graden voor 35 minuten.

Serveren met een kruidig tomatensausje....