

Broccoli-Stängel-Kuchen (für 4 Personen)



ZUTATEN

220g	Kuchenteig
520g	Schweizer Broccoli-Stängel oder sonstige Gemüseresten
2	Eier
260g	Vollrahm
1	Prise Salz
1 EL	Curry
	Pfeffer aus der Mühle
1g	Muskatnuss gemahlen
2	Spritzer Tabasco
80g	Weissmehl
120g	Parmesan oder Sprinz

VORBEREITUNG

1. Broccoli-Stängel oder andere Gemüseresten in kleine Würfel schneiden.
2. Aluförmchen mit Butter ausstreichen und mit Mehl bestäuben.
3. Förmchen mit Kuchenteig auslegen.

ZUBEREITUNG

1. Alle Zutaten bis auf den Parmesan in einen Mixbecher geben und kurz durchmischen.
2. Masse in vorbereitete Förmchen abfüllen.
3. Mit dem Parmesan bestreuen.

Im Backofen bei 180°C 30 Minuten backen.

Quelle: Mirko Buri, mein-kuechenchef.ch