



## BLUMENKOHL-BROKKOLI-QUICHE *QUICHE DI CAVOLFIORE E BROCCOLI*

### **Zutaten:**

400 g Blätterteig  
350 g Brokkoli  
350 g Blumenkohl  
4 Eier  
120 g Sahne  
90 ml Olivenöl  
75 g Parmesan  
Salz

### **Ingredienti:**

400 g di pasta sfoglia  
350 g di broccoli  
350 g di cavolfiore  
4 uova  
120 g di panna  
90 ml d'olio d'oliva  
75 g di parmigiano  
Sale

Blumenkohl und Brokkoli klein schneiden, in Olivenöl knackig dünsten und mit Salz abschmecken. Anschließend das Gemüse kalt stellen. Den Blätterteig in der gewünschten Ofenform rechteckig ausrollen und zusätzlich einen 2 cm hohen Rand lassen. Das Gemüse einfüllen. Die Sahne mit Eier und Salz verquirlen und auf das Gemüse geben.

Abschließend mit Parmesan bestreuen und ca. 20-30 Minuten bei 170°C im Ofen backen.

*Tagliare a pezzi piccoli il cavolfiore e i broccoli, cuocerli al dente in olio d'oliva e condire con sale. Conservare la verdura in fresco. Spianare in una teglia un rettangolo di pasta sfoglia e aggiungervi un bordo alto 2 cm. Deporvi la verdura. Mescolare la panna con le uova e il sale e versare il composto sopra la verdura. Cospargere di parmigiano e cuocere in forno per circa 20-30 minuti a una temperatura di 170°C.*