

Pittige chorizo quiche

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 175 graden.

Bekleed je bakvorm met bakpapier

Klop je eieren los met de Italiaanse kruiden en snijd de chorizo in kleine snippertjes en de cheddar in kleine blokjes.

Meng de kaas en chorizo goed door je eimengsel en giet dit geheel in de springvorm. 35 min in de oven tot hij gaar en goud bruin is.

Even laten afkoelen voor je aan tafel gaat want de kaas wordt vrij heet.

Serveer met een lekkere groene salade.

Eet smakelijk!

Wil je meer inspiratie over koolhydraat- arme recepten ga dan naar de website van [deman-foodandweight](#)

Ingrediënten

- Mengkom
- Quichevorm of kleine springvorm (18 cm)
- Bakpapier
- Mixer
- 5 eieren (m)
- 100 gram harde cheddar kaas in kleine blokjes
- 80 gram chorizo worst
- 1 el Italiaanse kruiden