

Hartige cake met paprika, olijven en feta

16 MEI 2016, AMSTERDAM

SAMENVATTING

Een lichte maaltijd, een snelle en gezonde lunch, en neem ook eens een plakje mee in je lunchtrommel in plaats van de standaard boterham met kaas. Zo veelzijdig kan paprika dus zijn!


Ingrediënten

- 150g bloem
- 7g gist
- zwarte peper
- oranje paprika, in blokjes
- 2el fijngesneden platte peterselie
- 75g zwarte olijven zonder pit, gehalveerd
- 80ml zonnebloemolie
- 125ml handwarme melk
- 3 eieren
- 100g feta
- 50g geraspte Parmezaanse kaas
- Verder nodig: bakblik, voorzien van bakpapier.

Bereiding

1. Oven voorverwarmen op 180°C (hetelucht)
2. Meng de bloem met gist en ruim versgemalen zwarte peper. Meng daar de paprikablokjes, peterselie en olijven doorheen.
3. In een maatbeker gaan de zonnebloemolie en handwarme melk. Mix daar met een vork de 3 eieren door en giet bij het bloemmengsel. Meng goed door elkaar.
4. Tot slot de verkruimelde feta er voorzichtig doormengen. Giet dit alles in het bakblik en strijk glad. Bestrooi met de Parmezaanse kaas.
5. Bak de cake 45 minuten in de voorverwarmde oven. Controleer met een satéprikker of de cake helemaal gaar is. Schone satéprikker = gare cake.
6. Laat in het cakeblik afkoelen en hevel daarna voorzichtig over naar een rooster. Laat het daarop volledig afkoelen.
7. Serveer met een groene salade als lichte maaltijd of uitgebreid lunchgerecht.

RELEVANTE LINKS

 Tijd voor Paprika

<http://www.tijdvoorpaprika.nl/portfolio-item/hartige-cake-paprika-olijven-en-feta/>

AFBEELDINGEN



CONTACTPERSONEN



Mirte Korenhof

Dutch PR Group

+31(0)20 32 09 954 mirte.korenhof@dutchprgroup.com

OVER TIJD VOOR PAPRIKA

Colourfultaste is een initiatief van het GroentenFruit Bureau. Een belangrijk onderdeel van Colourfultaste vormt de campagne 'Tijd voor Paprika'. De campagne is actief in Nederland, Duitsland en het Verenigd Koninkrijk. Doel van de campagne is een significante stijging van de consumptie van paprika in die landen.



Tijd voor Paprikanewsroom