

HARTIGE INSECTENTAART

VOOR 8 PERSONEN

Ingrediënten

Voor het deeg:

- 150 gram bloem
- 1 zakje gedroogde gist
- 1 theelepel zout
- 1 theelepel basterdsuiker
- 50 gram boter (en een beetje om de bakvorm in te smeren)
- 1 ei
- 60 ml melk

Voor de vulling:

- 25 g meelwormen (gevroesdroogd, verkrijgbaar bij sommige Jumbo supermarkten, via www.delibugs.nl of via de groothandel Sligro)
- 4 eetlepels olijfolie
- 2 uien, gesnipperd
- ½ prei, in reepjes
- 1 rode paprika, in blokjes
- 1 teentje knoflook, geraspt
- 1 theelepel kerriepoeder

Voor het room-eimengsel

- 2 dl slagroom
- 4 eieren
- 1 eetlepel maïzena
- 50 g oude kaas, geraspt
- quichevorm met een doorsnee van 25 cm

1. Doe alle ingrediënten voor het deeg in een kom en kneed ze tot een soepel deeg. Vorm het deeg tot een bol en laat 15 minuten, afgedekt en op een warme plaatst, rijzen.
2. Hak de meelwormen in kleine stukjes of laat ze intact. Verwarm de olie in een koekenpan en bak hierin de meel wormen, ui, prei, paprika en knoflook in ca. 2 minuten zonder te kleuren. Voeg de kerriepoeder toe en bak 1 minuut mee. Laat vervolgens afkoelen.
3. Meng alle ingrediënten voor het room-eimengsel in een kom en breng op smaak met peper en zout.
4. Verwarm de oven voor op 180 °C.
5. Rol het deeg uit tot een ronde dunne plak, gebruik een beetje bloem om plakken te voorkomen. Smeer de bakvorm in met boter en bekleed deze met het deeg. Verdeel de vulling gelijkmatig over de vorm en giet het room-eimengsel erover. Bak de taart 40 minuten in het midden van de oven.

Bron: Het insectenkookboek. Arnold van Huis, Henk van Gurp, Marcel Dicke (2012)