

Mit Herz am Herd | Quiche Lorraine und Gemüse-Quiche

Zutaten für 2 Bleche à 21 cm Durchmesser

Mürbeteig

- 250 g Mehl
- 120 g Butter
- 1 Ei
- 1 Eigelb
- 1 EL Quark
- 1 Prise Salz, Zucker

Zubereitung:

Alle Zutaten bei Zimmertemperatur vermengen und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig für 1/2 Stunde kalt stellen.

Belag für Quiche Lorraine

- 500 g Speck
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Lauchstangen
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 2 Eier
- 50 ml Milch
- 50 g Crème fraîche
- 1 Prise Salz, Pfeffer und Muskat
- 50 g geriebener Bergkäse

Zubereitung:

Speck in feine Würfel schneiden, Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Lauch längst aufschneiden, waschen und in Streifen schneiden. Knoblauch in kleine Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, den Speck darin goldbraun anrösten.

Danach Zwiebel, Lauch und Knoblauch kurz mitdünsten und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Pfanne kurz abkühlen lassen.

Ein Backblech ausfetten und mit Mehl bestäuben. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und gleichmäßig dick in das Blech legen. Einen Rand formen und den Backofen auf 180° (Umluft) vorheizen.

Das Ei mit Milch, Sahne und je eine Prise Salz, Pfeffer und Muskat vermengen.

Speck, Schalotten, Lauch und Knoblauch aus der Pfanne auf den Teigboden verteilen. Mit der Milch-Sahne-Ei-Mischung übergießen. Die Quiche mit Alufolie abdecken und 25 Minuten im Ofen backen. Die Alufolie abnehmen, den geriebenen Bergkäse darüber streuen und circa 15 weitere Minuten goldbraun backen.

Belag für Gemüse-Quiche

- 1 Lauchstange
- 8 Kirschtomaten
- 1 kleine Süßkartoffel
- 1 kleiner Brokkoli
- 1 Messerspitze
- frischer Chili
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 Ei
- 50 ml Milch
- 50 g Feta
- 1 Prise Salz, Pfeffer und Muskat
- Einige Blätter frischer Salbei

Zubereitung:

Lauch längs aufschneiden, waschen und in Würfel schneiden. Brokkoli waschen, putzen und in kleine Röschen teilen. Süßkartoffel schälen und klein schneiden. Das Gemüse in einer Pfanne für 5 Minuten anbraten und würzen.

Ein Backblech ausfetten und mit Mehl bestäuben. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und gleichmäßig dick in das Blech legen. Einen Rand formen und den Backofen auf 170° (Umluft) vorheizen.

Die Eier mit Milch, Sahne und je einer Prise Salz, Pfeffer und Muskat vermengen.

Das Gemüse aus der Pfanne auf den Teigboden verteilen, die Tomaten dazugeben. Mit der Milch-Ei-Feta Mischung übergießen. Die Quiche mit Alufolie abdecken und 25 Minuten im Ofen backen. Die Alufolie abnehmen, gehackten Salbei darüber streuen und circa 15 weitere Minuten goldbraun backen.

Rezept: Cliff Hämmerle

Quelle: Mit Herz am Herd vom 28.01.2017