



Winter-Quiche

Zutaten:

Für den Teig:

8 EL Olivenöl

8 EL Wasser

2 Messerspitzen Backpulver

2 EL gemahlene Mandeln

etwas Salz

Mehl (nach Gefühl, funktioniert wirklich ;))

Für die Füllung:

3 Eier

1 Becher Sahne

Würzen mit Salz, Pfeffer und Muskat

1 Karotte (geschält und klein gewürfelt)

175 g Wirsing (gewaschen, vom Strunk befreit und in feine Streifen geschnitten)

175 g Pastinaken (geschält und klein gewürfelt)

2 Schalotten (fein gewürfelt)

2 EL Speckwürfel

1 Handvoll frische Petersilie (gehackt)

2 Handvoll geriebener Parmesan (wer mag, natürlich auch gerne mehr)

Zusätzlich: Butter zum Einfetten,

1 Ei zum Bestreichen

Zubereitung:

1. Für den Teig mischt Ihr Olivenöl, Wasser, Mehl, Mandeln, Backpulver und etwas Salz in einer Rührschüssel. Verknetet alle Zutaten zu einer homogenen Masse. Der Teig sollte nicht zu klebrig, aber auch nicht zu trocken sein. Solange er noch sehr klebrig wirkt, gebt einfach immer wieder nach und nach Mehl hinzu.
2. Sobald der Teig fertig ist, könnt Ihr Eure Quiche-Form mit etwas Butter einfetten und den Ofen vorheizen auf 200°C Ober-/Unterhitze. Verteilt nun den Teig gleichmäßig in der Form. Rollt den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche aus oder drückt ihn einfach in der Form zurecht.
3. Für die Füllung gebt Ihr etwas Fett in eine Pfanne. Gebt Karotten und Pastinaken hinein und dünstet alles für einige Minuten bei mittlerer Hitze an. Anschließend kommen Wirsing, Schalotten und Speck

Viele weitere Rezepte findest du unter: www.kathi-koestlich.de



- hinzu. Lasst alles für weitere 10 bis 15 Minuten garen.
4. Währenddessen könnt Ihr die Ei-Sahne-Mischung zusammenrühren. Hierfür einfach die Sahne mit den Eiern verquirlen und kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
 5. Verteilt nun das Gemüse gleichmäßig auf dem Teigboden und gebt anschließend die Ei-Sahne-Mischung darüber und dann den Parmesan darüber und ab damit in den Ofen für etwa 30 bis 40 Minuten. Sobald der Käse und der Rand goldbraun sind, kann die Quiche aus dem Ofen. Lasst sie vor dem Servieren für ein paar Minuten abkühlen.
 6. Mein Tipp: Die Quiche kann man super auch am nächsten Tag kalt oder aufgewärmt genießen. Dann schmeckt sie fast nochmal so gut.