

Gemüsequiche mit grünem Salat

Zubereitungszeit:

ca. 2 Stunden

Zutaten für 26 cm Form

Teig

200g Mehl
100g Butter
1 TL Salz
2 Bio Eier
1-2 EL Wasser
Butter oder Olivenöl zum befetten der Quicheform

Füllung

300g Creme Fraiche
1 EL getrocknete Petersilie
1 TL getrockneter Schnittlauch
150g geriebener Parmesan
100g geriebener würziger Bergkäse
Salz/Pfeffer
Eine Prise Muskat
2 kleine Zucchini
Je 2 orange/gelbe/violette Karotten
2 confierte Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl

2 Packungen gemischter grüner Salat

Dressing nach Wahl



Zubereitung:

Für den Teig das Mehl mit der zimmerwarmen Butter verrühren, das Ei hinzugeben und mit einer Prise Salz, Wasser zu einem homogenen Teig kneten bis er die richtige Konsistenz hat. Den fertigen Teig zu einer Kugel formen, mit einer Klarsichtfolie bedecken und ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

In der Zwischenzeit das Gemüse gründlich waschen und trocken tupfen. Die Außenschalen der Karotten mit einem Gemüseschäler schälen und die Enden des Gemüses abschneiden.

Die Karotten und Zucchini mit einem Gemüseschäler in dünne Streifen schälen und gegebenenfalls mit dem Messer so in Form bringen, dass die Gemüsestreifen in etwa gleich breit sind. Die Gemüsestreifen nach Farbe stapeln und bei Seite legen.

Die confierten Knoblauchzehen mit einer Gabel zerdrücken und zusammen mit der Creme Fraiche in eine Schüssel geben. Den Käse, sowie die restlichen Gewürze hinzufügen und alles gründlich verrühren. Den Backofen auf 180° Ober/Unterhitze vorheizen und eine Quicheform mit Butter oder Olivenöl befetten.

Den ausgerollten Teig in die Quicheform legen und von allen Seiten gut festdrücken. Den Creme Fraiche-Guss gleichmäßig auf dem Teigboden verteilen und von außen nach innen die Gemüsestreifen abwechselnd nach Farbe anordnen.

weiter auf Seite 2

	Die fertige Quiche in den Ofen geben und auf der untersten Schiene ca. 50 Minuten backen. Nach ca. 20 Minuten die Schnittfläche der Streifen mit Olivenöl bepinseln. Sollten die Gemüsestreifen zu dunkel werden die Ofenhitze auf 170° reduzieren und mit Backpapier abdecken. Salat: Gemischter Salat waschen und mit Dressing nach Wahl erst auf dem Teller anrichten, ev. mit kurz gebratenen Brotwürfeln verfeinern. Nach Ende der Backzeit die Quiche aus dem Ofen nehmen, ca. 15 min auskühlen lassen, vorsichtig in Stücke schneiden und mit dem Salat servieren.
--	--

Weinempfehlung:

Spizöla Grüner Veltliner

Kochabend:

6. Mär, 2019 / Diesel