

Warme Gemüsequiche

Zutaten:

Für den Teig:

- 150 g Grahammehl, 50 g Weizenmehl (Type 405)
- 100 g Butter in Stückchen
- ¼ TL Salz

Für die Füllung:

- je 200 g kleine Zucchini und Fläschentomaten
- je 80 g Frühlingszwiebeln und weiße Champignons
- 40 g Butter, Salz, frisch gemahlener weißer Pfeffer
- 1 EL gehackte Kräuter (Salbei und Thymian)

Für den Guß:

- 100 ml Sahne
- 100 g Crème fraîche
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- 3 Eier
- Salz, weißer Pfeffer

Für die Sauce:

- 150 g Creme fraîche, Salz, weißer Pfeffer
- 1 EL gehackte Kräuter (Schnittlauch und Petersilie)
- ½ Knoblauchzehe, gepresst

Außerdem:

- Backpapier und Hülsenfrüchte zum Blindbacken
- 80 g frisch geriebener Comté zum Bestreuen

Zubereitung:

Die Mehlsorten auf der Arbeitsfläche häufen und in die Mitte eine Mulde drücken. Butter, 4 EL Wasser, Salz hineingeben. Alles zu einem glatten Teig verkneten, in Folie wickeln und 1 Stunde in den Kühlschrank stellen. Die Zucchini in dünne Scheiben. Die Tomaten blanchieren, häuten, achteln und den Stielansatz entfernen. Zwiebeln und Champignons in dünne Scheiben schneiden. Die Butter zergehen lassen. Das Gemüse darin leicht anschwitzen, salzen, pfeffern, Kräuter dazugeben und abkühlen lassen. Den Teig 4 mm dick ausrollen und etwas größer als die Backform ausschneiden. Den Teig in die Form geben und den Rand andrücken, den Boden mehrfach einstechen. Auf den Boden Backpapier auslegen und mit Hülsenfrüchten abdecken. Bei 200 °C den Boden 10 Minuten im Ofen „blindbacken“. Anschließend die Hülsenfrüchte und Papier entfernen und Boden abkühlen lassen. Dann die Füllung darauf verteilen und mit Käse bestreuen. Alle Zutaten für den Guß verrühren, über die Quiche geben und bei 200°C im vorgeheizten Backofen ca. 40 Minuten backen. Für Sauce die Creme fraîche, Salz, Pfeffer, und Kräuter verrühren, Knoblauch dazugeben und zur ofenwarmen Quiche servieren.

MÄRZ

