



Rezept für Gemüsequiche



Für 6 Personen

Zubereitungszeit: 60 min

Tortenform mit 23 cm Durchmesser

Zutaten:

Teig:

- 180 g RIEPER Weizenmehl Type 00 blau, RIEPER Mehl für Weihnachtsgebäck oder RIEPER Universal Mehl
- 100 g Butter (Zimmertemperatur)
- 1 Ei
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz

Füllung:

- 200 g Spinat oder Mangold, Spargeln oder 2 Artischocken
- 2 Eier

- 150 ml Milch
- 150 ml Sauerrahm
- 4 EL geriebener Parmesan
- Salz
- 1 EL gehackte Petersilie

Zubereitung:

Das Gemüse zerkleinern und kurz kochen oder dünsten. Den Teig möglichst rasch zusammenkneten und 30 Min. zugedeckt kühl ruhen lassen.

Den Backofen vorheizen. Für die Füllung alle Zutaten gut vermischen.

Eine Tortenform mit Backpapier belegen, 2/3 des Teiges ca. 5 mm dick ausrollen, den Rest zu einem Streifen formen und am Tortenrand entlang legen und am Boden leicht andrücken. Die Fülle gleichmäßig verteilen und den Quich auf der zweiten Schiene von unten in den Backofen einschieben.

Backzeit:

Bei Ober- und Unterhitze ca. 45 Min. bei 180°C.

Im Umluftofen müssen Temperatur und Backzeit angepasst werden.