Nah&Frisch



Patrick Dobler User

Die V-Quiche

Hauptspeise Rezept-Gewinnspiel Vegetarisch

Zubereitung

Das Rohr auf 180 Grad vorheizen. Für den Teig das Mehl mit einer Prise Salz in eine Schüssel geben. Die Butter in kleine Stücke schneiden und mit den Fingerspitzen in das Mehl kneten. Der Teig soll bröselig werden.

Jetzt das Ei dazugeben und weiterkneten bis ein Teig entsteht, den man zu einem Klumpen formen kann. Sollte die Masse dafür zu trocken sein, dann nach und nach 1 Esslöffel Wasser hinzufügen, bis man die gewünschte Konsistenz erreicht hat. Dann den Teig zu einer Kugel formen, mit Folie abdecken und für eine Stunde im Kühlschrank rasten lassen.

Danach den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Kreis ausrollen, der ca. 2 cm gröer ist als die Tarte-Form (ca. 30 cm) damit beim Einlegen ein Rand entsteht. Die Tarte-Form ausbuttern und den Teig etwas an den Rand drücken.

Nun muss man das ganze blind backen. Am besten eignen sich dazu rohe (harte) Bohnen. Diese verteilt man einfach auf dem Teigboden und stellt dann alles für ca. 10 Minuten ins Rohr. Die Bohnen dienen dabei als Stütze, damit der Teigrand nicht nach unten läuft. Nach der Backzeit auskühlen lassen und die Bohnen rausnehmen.

Inzwischen die Kartoffeln in dünne Scheiben und die Zwiebel in Zwiebelringe schneiden und in der Tarte-Form verteilen; ebenso das Mischgemüse. Danach Eier, Schlagobers, Salz, Pfeffer und die Petersilie (gehackt) vermischen und langsam in die Form laufen lassen bis die Fülle gleichmäßig bedeckt ist.

Die Quiche für ca. 30 Minuten im Rohr backen, kurz auskühlen lassen, in Tortenstücke schneiden und servieren.

Zutaten

- Für den Teig
- 130 g Butter
- 300 g Mehl
- 1 Ei
- Prise Salz
- 300 g Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 100 Tiefkühl Mischgemüse
- 2 Eier
- 125 ml Schlagobers
- Salz
- Pfeffer
- Petersilie (frisch oder getrocknet)