

Knusprige Quiche mit Mangold und Gruyère

VORBEREITEN

60
Min.

ZUBEREITEN

50
Min.

NIVEAU



Zutaten für 6 Portionen

Für den Teig

250 g Mehl (plus etwas mehr zum Ausrollen)
125 g kalte Butter (plus etwas mehr zum Einfetten)
1 Ei
1 Esslöffel Wasser
1 Prise(n) Salz
1 Prise(n) Muskat

Für die Füllung

10 große Eier
450 g Crème fraîche
480 ml Milch
2 Teelöffel Salz
1 Teelöffel Pfeffer
2 Esslöffel frischer Thymian
1 Mangold
60 g Gruyère
6 Esslöffel Mehl

Besonderes Zubehör

Quicheform (28 cm Durchmesser)
Blindbackkugeln oder trockene Hülsenfrüchte (zum Beispiel Kichererbsen)

greift jeder gerne zu. Bei Spargel-Quiche solltest du schnell sein. Aber bei Quiche mit Mangold und Gruyère in der Füllung musst du rennen, um ein Stück des aromatischen Kuchens zu ergattern.

- 1 -

Für den Teig Mehl, Salz und Muskat mischen und auf die Arbeitsfläche geben. In die Mitte eine Mulde drücken. Ei aufschlagen und in die Mulde geben. Kalte Butter in Stücke schneiden und auf dem Mehl verteilen. Wasser hinzufügen und alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie einschlagen und mindestens 30 Minuten kaltstellen.

- 2 -

Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Quicheform einfetten.

- 3 -

Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen. Form mit Teig auskleiden und überstehenden Rand abschneiden. Boden mit einer Gabel mehrfach einstechen, mit Backpapier auskleiden und Blindbackkugeln darauf verteilen. Im heißen Ofen ca. 10 Minuten vorbacken. Blindbackkugeln entfernen und Quiche weitere 5 Minuten backen, bis sie goldbraun ist. Auskühlen lassen.

- 4 -

Für die Füllung Thymianblätter von den Stängeln zupfen und fein hacken. Strunk vom Mangold entfernen. Stiele waschen und grüne Blätter und Stiele in Streifen schneiden.

- 5 -

Bei Quiche Lorraine und Lauch-Quiche mit Ziegenkäse

Knusprige Quiche mit Mangold und Gruyère

Gruyère reiben. Mehl und Eier mischen.

- 6 -

Crème fraîche mit Milch cremig rühren. Salz, Pfeffer und Thymian unterrühren und mit der Mehl-Ei-Masse mischen.

- 7 -

Mangold und Gruyère auf dem vorgebackenen Quicheboden verteilen. Ei-Masse darübergeben und im heißen Ofen 20 Minuten backen. Temperatur auf 160 °C herunterschalten und weitere 25-30 Minuten backen.