

Spinatquiche

VORBEREITEN

20
Min.

RUHEN

60
Min.

ZUBEREITEN

50
Min.

NIVEAU



Zutaten 1 Quiche

Für den Teig

300 g Mehl (Typ 550)
1 Teelöffel Salz
200 g kalte Butter
1 Ei

Für die Füllung

2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
250 g Blattspinat
150 ml Sahne
150 g Crème fraîche
7 Eier
4 Eigelb
50 g Parmesan oder vegetarischer Hartkäse
2 Prise(n) Muskat
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör

Tarteform (28cm Durchmesser)
Stabmixer

Eine knusprig-cremige **Spinatquiche** kann mit der klassischen Quiche Lorraine in jedem Fall mithalten. Und ein bisschen Abwechslung auf dem Mürbeteig ist auch

mal gut. Ganz besonders zur Spinat-Saison. Denn so eine frische Portion **Spinat** macht sich in jedem Gericht ganz gut. Egal ob feiner **Babyspinat** oder knackiger **Blattspinat**, du kannst beides zur **Quiche** verarbeiten. Und damit jedes Stück ein **knuspriges Erlebnis** wird, backst du den Mürbeteig blind vor. Für die **cremige Füllung** verbinden sich Eier, Eigelb, Sahne, Crème fraîche und Parmesan zu einer geschmeidigen Masse, die du über den Spinat auf den Mürbeteig füllst. Während der **Ofen** den Rest übernimmt, kannst du schon den Tisch decken!

- 1 -

Für den Teig Mehl, Salz und Butter mit den Händen verkneten, bis ein krümeliger Teig entsteht. Ei hinzufügen und verkneten, bis ein glatter Teig entstanden ist.

- 2 -

Teig mit den Händen zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie einwickeln und 1 Stunde kaltstellen.

- 3 -

Backofen auf 180 °C Ober-/ Unterhitze vorheizen. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche kreisförmig ca. 4 mm dick ausrollen. Quicheform einfetten und Teig mit den Fingern hineindrücken und Form bis zum oberen Rand damit auskleiden. Überstehenden Teig bei Bedarf mit einem Messer am Rand der Backform abschneiden. Boden mehrfach mit einer Gabel einstechen und im heißen Ofen ca. 15 Minuten blindbacken.

- 4 -

Für die Füllung Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Spinat waschen. Öl in einer Pfanne erhitzen und Schalotten darin glasig dünsten. Knoblauch und Spinat hinzugeben und dünsten, bis er zusammengefallen ist. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, in einem Sieb

Spinatquiche

abtropfen lassen und beiseitestellen.

- 5 -

Eier, Eigelb, Sahne, Crème fraîche, Parmesan und Gewürze in einen hohen Behälter geben und mit einem Stabmixer kurz pürieren, bis alles vermischt ist.

- 6 -

Spinat auf dem Mürbeteig verteilen, mit Ei-Masse auffüllen und bei 160°C nochmals 35 Minuten im heißen Ofen backen, bis die Spinatquiche knusprig ist.

- 7 -

Quiche in Stücke schneiden und warm oder kalt servieren. Eine Quiche ergibt ca.12 Stücke.