

Mangold-Quiche

Zutaten Füllung:

Mangold aus deiner

Kiste

2 Zwiebeln

1 Knoblauchzehe

2 EL Olivenöl

2 Eier

200g Schmand

80g geriebener Emmentaler

Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zutaten Teig:

200g Mehl

1 Prise Salz, 1 Prise Zucker

100g Butter

3 EL Milch



Zubereitung:

Die Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben, gut miteinander verkneten, in eine Folie wickeln und 30Min. kaltstellen. Mangold putzen, Stiele in feine Stücke, Blätter in gröbere Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln und in Olivenöl zusammen mit den Mangoldstielen für ca. 5Min. dünsten. Mangoldblätter für 2Min. mitdünsten und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Quicheform einfetten und mit etwas Mehl austreuen, Teig etwas größer als die Quicheform ausrollen, in die Form geben und im heißen Ofen bei 200°C auf unterster Schiene 20Min. backen. Mangold auf dem Teig verteilen. Eier, Schmand, Muskatnuss und Emmentaler miteinander vermengen und darüber gießen. Quiche weitere 25Min. backen.

Bon Appetit!