

Bärlauch-Tomaten-Quiche

Arbeitszeit: 40 Minuten

Backzeit: 25 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

Nährwerte pro Stück ca.

Fett	27 g
Kohlenhydrate	17 g
Eiweiß	9 g
Brennwert	343 kcal / 1.437 kJ

Zutaten für 1 Quiche (ca. 6 Stücke)

Teig:

- 1/8 Würfel frische Hefe
- 1 EL Wasser
- 1 Msp. Honig
- 150 g Dinkelmehl
- 75 g kaltes Butaris Butterschmalz
- 1 Eigelb (Größe M)
- 1 Msp. Salz

Belag:

- 2 Zwiebeln
- 1 Handvoll Bärlauchblätter
- 3 EL Butaris Butterschmalz
- 4 Scheiben Emmentaler
- 5 Tomaten
- 125 g Schlagsahne
- Salz
- Pfeffer
- 2 Eier (Größe M)
- 2 EL Parmesan

Zubereitung:

Schritt 1/3

Für den Teig der Bärlauch-Tomaten-Quiche die Hefe, Wasser und Honig miteinander verrühren. Mit Mehl, Butaris Butterschmalz in Stücken, Eigelb und Salz rasch verkneten und den Teig dünn etwas größer als die Quicheform (Ø 26 cm) ausrollen. Die Form damit auslegen und einen Rand hochziehen. Den Teig in



der Form etwa 15 Minuten kaltstellen. Inzwischen den Backofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze (Umluft: 150 °C / Gas: Stufe 2) vorheizen. Den Teigboden etwa 5 Minuten vorbacken.

Schritt 2/3

Für den Belag die Zwiebeln würfeln und den Bärlauch schneiden. Butaris Butterschmalz in der Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Bärlauch darin glasig anschwitzen. Tomaten in Scheiben schneiden.

Schritt 3/3

Auf den vorgebackenen Quicheboden zuerst die Emmentalerscheiben legen, anschließend die heißen Zwiebeln mit dem Bärlauch sowie die Tomaten darauflegen. Im Mixer Sahne, Salz, Pfeffer und Eier aufschäumen und über die Tomaten gießen. Mit Parmesan bestreuen und die Bärlauch-Tomaten-Quiche im Ofen für 25 Minuten backen.

Guten Appetit wünscht Butaris



Hinweis für die Redaktion:

Die Rezeptbilder und Rezepte sind urheberrechtlich geschützt. Der Abdruck der Bilder in gedruckten Presseerzeugnissen (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnissen im Internet ist ausschließlich in Kombination mit dem zugehörigen Rezept sowie bei Nennung der Quelle (Foto: © Butaris Butterschmalz) honorarfrei. Die Bilder und Rezepte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung der Bilder bzw. eine ausschnittweise Verwendung. Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf Butaris Butterschmalz (Nennung von Butaris Butterschmalz in der Zutatenliste) und/oder Packshot verwendet werden. Belege erbeten. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Bei Rückfragen wenden Sie sich gern per Mail an butaris@adpublica.com.