

# Bunte Möhren-Quiche mit Hack

**Zutaten:** für 8–10 Stücke

150 g Kokosmehl  
 150 g Mandelmehl  
 100 g + 4 EL BUTARIS Butterschmalz  
 1 Eigelb (Größe M)  
 500 g kleine bunte Möhren (z. B. orange, gelb und violett)  
 5 Stiele Basilikum  
 6 Eier (Größe M)  
 100 g Schlagsahne  
 Pfeffer  
 frisch geriebene Muskatnuss  
 600 g Rinderhackfleisch  
 Mandelmehl für die Arbeitsfläche  
 BUTARIS Butterschmalz und Mandelmehl für die Form  
 Trockenerbsen zum Blindbacken  
 Frischhaltefolie  
 Backpapier



## Zubereitung:

1. Kokosmehl, Mandelmehl, 100 g Butterschmalz, 1 Prise Salz, Eigelb und 1–2 EL kaltes Wasser erst mit den Knethaken des Handrührgerätes, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Teig zu einer Kugel formen und in Folie gewickelt ca. 1 Stunde kaltstellen.
2. Möhren putzen, dabei etwas Grün stehen lassen. Möhren schälen und, je nach Dicke, längs halbieren. Übriges Möhrengrün waschen und trocken schütteln. 2 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Möhren darin rundherum andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.
3. Teig durchkneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck (ca. 25 x 33 cm) ausrollen. In eine mit Butterschmalz gefettete und mit Mehl ausgestäubte rechteckige Tarteform mit Lift-off-Boden (ca. 20 x 28 cm) geben und andrücken. Überstehende Ränder abschneiden. Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen. Backpapier in die Form legen. Trockenerbsen einfüllen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175 °C/ Umluft: 150 °C/ Gas: s. Hersteller) ca. 25 Minuten blindbacken.
4. Basilikum waschen und trocken schütteln. Blättchen von den Stielen zupfen und, bis auf einige zum Garnieren, hacken. Möhrengrün, bis auf etwas zum Garnieren, hacken. Eier, Sahne, gehacktes Basilikum und gehacktes Möhrengrün verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. 2 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Hack darin krümelig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Quicheboden aus dem Ofen nehmen. Erbsen und Backpapier entfernen. Eiersahne in die Form gießen. Möhren und Hack darauf verteilen. Im heißen Ofen bei gleicher Temperatur



ca. 30 Minuten zu Ende backen. Quiche aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und anrichten. Mit übrigem Möhrengrün und restlichem Basilikum garnieren.

**Zubereitungszeit:** ca. 1 ¼ Stunden. Wartezeit ca. 45 Minuten.

**Nährwerte:** pro Portion ca.

Fett	20 g
Kohlenhydrate	03 g
Eiweiß	12 g
Brennwert	240 kcal / 1.000 kJ

Abdruck honorarfrei/ Abdruck nur mit Nennung von BUTARIS Butterschmalz in Zutatenliste/  
Belege erbeten

Bildnachweis: © BUTARIS/ House of Food