

Blumenkohl - Quiche

Zutaten:

Teig:

250 g Mehl
125 g weiche Butter
1 Ei
1½ EL kaltes Wasser
1 TL Salz

Belag:

1 Blumenkohl
300 g Möhren
250 g Erbsen (TK)
1 rote Paprika
1 Zwiebel
4 Knoblauchzehen
5 Eier
200 g Schlagsahne
200 ml Gemüsebrühe
100 ml Weißwein
150 g geriebener Käse
Salz, Pfeffer, Muskat, Öl

Zubereitung:

- Teigzutaten zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
- In Folie gewickelt 30 Minuten kühl ruhen lassen.
- Möhren in dünne Scheiben schneiden.
- Blumenkohl in kleine Röschen teilen.
- Paprika klein würfeln.
- Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
- Beides in Öl glasig dünsten.
- Blumenkohl zugeben und 2 Minuten mitdünsten.
- Mit Brühe und Wein ablöschen.
- Etwa acht Minuten zugedeckt garen.
- Paprika, Erbsen und Möhren zugeben und 5 Minuten weitergaren.
- Gemüse abtropfen lassen.
- Halbe Käsemenge unter das Gemüse mengen.
- Teig in eine gefettete Springform drücken.
- Dabei einen 3 cm hohen Rand hochziehen.
- Gemüse auf dem Teig verteilen.
- Sahne mit den Eiern verquirlen.
- Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
- Eier - Sahne über das Gemüse gießen.
- Mit dem Restkäse überstreuen.
- Bei 200° C etwa 45 Minuten backen.