

Dicke Bohnen – Quiche

Zutaten:

1 kg frische Dicke Bohnen (oder 300 g TK)
200 g Creme fraîche
250 g Frischkäse mit Kräutern
100 g gekochter Pfefferschinken
3 Knoblauchzehen
8 Eier
Saft einer halben Zitrone
2 EL Dill (gehackt)
1 EL Bohnenkraut
Salz, Pfeffer, Paprikapulver



Zubereitung:

- Bohnenkerne aus den Schoten lösen.
- In Salzwasser mit Bohnenkraut 30 Minuten kochen.
- TK Bohnen nach Packungsanweisung garen.
- Schinken in kleine Stücke schneiden.
- Knoblauch fein hacken.
- Eier mit Creme fraîche und Frischkäse verrühren.
- Zitronensaft, Knoblauch, Schinken und Dill untermischen.
- Zum Schluss die abgeschütteten Bohnen untermischen.
- Masse in eine gefettete Quicheform gießen.
- Bei 200° C etwa 40 Minuten überbacken.