Rezept

Kleine Chorizo-Quiches

Ein Rezept von Kleine Chorizo-Quiches, am 21.09.2024

Zutaten

150 g	Chorizo (spanische Paprikawurst)
4	Eier (Größe M)
90 g	Weizenmehl
1	Knoblauchzehe
	Pfeffer
100 g	Manchego
150 g	Crème fraîche
500 ml	Milch
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 flache Förmchen (Ø 12 cm) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Die Förmchen mit Backpapier auslegen. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Chorizo klein würfeln, in einer beschichteten Pfanne kurz anbraten und zur Seite stellen. Den Manchego reiben.

2. In einer Rührschüssel die Eier mit der Crème fraîche schaumig schlagen. Das Mehl dazusieben und unterarbeiten. Milch, Käse und Chorizo zugeben. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Den Teig auf die vorbereiteten Förmchen verteilen und die Quiches im heißen Ofen (Mitte, Umluft 160°) in ca. 30 Min. goldgelb backen. Dazu passt ein Paprikasalat mit Zwiebelringen und Oliven.