Rezept

Kräuter-Heilbutt-Quiche

Ein Rezept von Kräuter-Heilbutt-Quiche, am 28.04.2024

Zutaten

- **300 g** Blätterteig (aus dem Kühlregal; oder aufgetauter TK-Blätterteig)
- **1** Zweig Dill
- **3 EL** Butter
- **250 g** Sahne
- **2 EL** trockener Vermouth (z. B. Noilly Prat)
- Pfeffer
- Mehl für die Arbeitsfläche
- 3-4 Zweige gemischte Kräuter nach Wahl
- 1-2 Zweige glatte Petersilie
- **2** Schalotten
- **200 g** geräucherter Heilbutt
- **3** Eier (Größe M)
- Kräutersalz
- frisch geriebene Muskatnuss
- Hülsenfrüchte zum Blindbacken

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Spring- oder Quicheform (Ø 28 cm) oder ein kleines Backblech | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 500 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Form vorbereiten bzw. das Blech mit Backpapier auslegen. Den Blätterteig auf wenig Mehl dünn ausrollen und in die Form bzw. auf das Blech legen, einen 2 cm hohen Rand formen. Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen. Den Teig mit Backpapier bedecken, darauf die Hülsenfrüchte geben. Den Teig im heißen Ofen (Mitte, Umluft 180°) ca. 15 Min. blindbacken. Herausnehmen und Hülsenfrüchte und Backpapier entfernen. Den Ofen nicht ausschalten.

2. Für den Belag die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und klein schneiden. Die Schalotten schälen, in kleine Würfel schneiden und in der Butter glasig braten. Die Kräuter unterrühren und kurz mitdünsten.

3. Den Heilbutt in kleine Stücke zerpflücken und auf dem Teigboden verteilen. Die Schalotten-Kräuter-Mischung darübergeben.

4. Für den Guss die Sahne mit den Eiern und dem Vermouth verquirlen und mit Kräutersalz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Mischung auf den Belag gießen und die Quiche im heißen Ofen (Mitte) ca. 25 Min. backen, bis die Oberfläche goldgelb ist.