Rezept

Räucherlachs-Mangold-Quiche

Ein Rezept von Räucherlachs-Mangold-Quiche, am 27.04.2024

Zutaten

200 g	Mehl
	Salz
	4-5 EL Milch
1	Zwiebel
	½ TL abgeriebene Schale einer Bio-Zitrone
2 TL	Sojasauce
	frisch geriebene Muskatnuss
50 g	Emmentaler
2	Eier
80 g	kalte Butter
1	Eigelb
750 g	Mangold
1 EL	Butter
1	Spritzer Zitronensaft
	Pfeffer
250 g	Räucherlachs
150 g	saure Sahne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Springform von 26 cm Ø (8 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

Zubereitung

1. Das Mehl mit der Butter in Stücken, ½ TL Salz, Eigelb und Milch verkneten. Teig kühl stellen. Den Mangold waschen und abtropfen lassen. Blätter von den Stielen schneiden, beides in 1 cm breite Streifen schneiden. Zwiebel schälen und würfeln. Butter in einer großen Pfanne erhitzen und Zwiebel darin glasig braten. Mangoldstiele 3 Min. mitbraten. Die Blätter zufügen und 2 Min. braten. Mit Zitronenschale, Zitronensaft, Sojasauce, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Etwas abkühlen lassen. Lachs klein schneiden und unterheben.

---

2. Ofen auf 190° vorheizen. Den Käse reiben, mit saurer Sahne und den Eiern verquirlen. Teig ausrollen, die Form damit auskleiden, dabei einen 4 cm hohen Rand formen. Die Mangold-Lachs-Mischung einfüllen und mit der Eiercreme überziehen. Quiche im Ofen (unten, Umluft 170°) 45-50 Min. backen. Warm servieren.