

## Rezept

# Curry-Ananas-Quiche

Ein Rezept von Curry-Ananas-Quiche, am 16.02.2025

## Zutaten

- |   |   |
|---|---|
| <b>1</b> Rezept Tarteteig nach Wahl       | <b>1</b> große Stange Lauch                     |
| <b>1</b> Ananas (ca. 400 g)               | <b>400 g</b> Putenbrust                         |
| <b>1 Stück</b> frischer Ingwer (ca. 2 cm) | <b>1 EL</b> Olivenöl                            |
| Salz                                      | Pfeffer   |
| <b>3</b> Eier (Größe M)                   | <b>150 g</b> Crème fraîche                      |
| <b>250 g</b> Mascarpone                   | <b>1 EL</b> Currypulver (Schärfe nach Belieben) |
| <b>1 EL</b> brauner Zucker                | Salz  |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Spring- oder Quicheform (Ø 28 cm) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 530 kcal

## Zubereitung

1. Beliebigen Tarteteig zubereiten: Entweder 200 g Mehl mit 1/2 TL Salz, 75 g Butter und 5 EL kaltem Wasser verkneten und 30 Min. ruhen lassen oder – für die schnelle Variante – 240 g Mehl mit 1 TL Backpulver, je 1 Prise Salz und Zucker, 80 ml Öl und 80 ml warmem Wasser mixen. Die Form vorbereiten (mit Backpapier auslegen und/oder einfetten). Den Teig auf wenig Mehl dünn ausrollen und in die Form legen, dabei einen 3 cm hohen Rand bilden. Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen. Die Form mit dem Teig für 20 Min. in den Kühlschrank stellen.
2. Den Lauch putzen, in feine Scheiben schneiden; diese gründlich waschen und gut abtropfen lassen. Die Ananas schälen, den Holzigen Strunk in der Mitte entfernen, das Fruchtfleisch in Stücke schneiden.
3. Das Putenbrustfleisch kalt abspülen, trocken tupfen und in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Den Ingwer mit dem Sparschäler schälen und fein reiben. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Putenbrustwürfel darin rundherum anbraten. Den Ingwer dazugeben und das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Pfanne vom Herd nehmen und Fleisch etwas abkühlen lassen.
4. Den Backofen auf 220° vorheizen. Den Lauch auf dem Teigboden verteilen. Die Putenbrust- und Ananaswürfel darübergeben.
5. Für den Guss die Eier mit der Crème fraîche, dem Mascarpone, dem Currypulver und dem Zucker in einer Schüssel verquirlen. Den Guss mit Salz abschmecken und über dem Belag verteilen. Die Quiche im heißen Ofen (unten, Umluft 200°) ca. 35 Min. backen.