

Rezept

Hackfleischquiche mit Joghurt

Ein Rezept von Hackfleischquiche mit Joghurt, am 25.04.2024

Zutaten

225 g Mehl	1 TL Salz
125 g kalte Butter in Würfeln	1 Ei (M)
1 dicke Stange Lauch (300 – 350 g)	2 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl	300 g gemischtes Hackfleisch
1 TL gemahlener Koriander	1 TL edelsüßes Paprikapulver
1 kräftige Prise rosenscharfes Paprikapulver	Salz
	Pfeffer
1 großes Bund Petersilie	300 g Joghurt
3 Eier (M)	Backpapier
Springform (28 cm Ø)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 - 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 520 kcal

Zubereitung

1. Aus dem Mehl, dem Salz, der gewürfelten Butter und dem Ei mit den Händen einen glatten Teig kneten. Den Teig zu einer Kugel formen, zwischen zwei Stücke Backpapier legen und zu einer runden Teigplatte ausrollen.
2. Die Springform mit dem Teig auskleiden, dabei einen 3 cm hohen Rand formen. Den Teig in der Form 1 Std. kühl stellen.
3. Inzwischen für den Belag vom Lauch das Wurzelende und die welken grünen Teile wegschneiden. Die Stange der Länge nach aufschneiden und unter kaltem Wasser gründlich waschen, auch zwischen den Schichten.
4. Den Lauch in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken.
5. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, den Lauch und den Knoblauch darin bei mittlerer Hitze unter Rühren ca. 2 Min. dünsten. Das Hackfleisch dazugeben und bei größter Hitze braten, bis es nicht mehr rot ist (s. oben rechts). Dabei das Fleisch immer rühren und mit dem Kochlöffel zerdrücken, bis es schön krümelig ist. Mischung mit Koriander, beiden Paprikasorten, Salz und Pfeffer abschmecken und vom Herd ziehen.

6. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen, fein hacken und unter das Hackfleisch mischen.

7. Den Joghurt mit den Eiern verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

8. Die Hackmischung auf dem gekühlten Teig verteilen, die Joghurtmischung gleichmäßig darübergeben. Die Quiche im heißen Backofen (Mitte) ca. 45 Min. backen, bis der Belag schön gebräunt ist. Herausnehmen, am besten noch 10 Min. ruhen lassen, dann in Stücke schneiden und warm servieren.