

Rezept

Hähnchen-Tomaten-Quiche

Ein Rezept von Hähnchen-Tomaten-Quiche, am 28.06.2026

Zutaten

225 g Mehl	1 TL Salz
125 g kalte Butter in Würfeln	1 Ei (M)
1 Zucchini (ca. 200 g)	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer
300 g Cocktailtomaten	$\frac{1}{2}$ gebratenes Hähnchen (fertig gekauft, siehe Rezept-Tipp)
250 g Mozzarella	2 EL grüne oder schwarze Oliven ohne Stein
Backpapier	Springform (28 cm Ø)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 - 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 555 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. Teig in der Form 1 Std. kühl stellen.
3. Inzwischen für den Belag den Zucchini waschen. Die Enden abschneiden. Zucchini in knapp 1 cm große Würfel schneiden. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, die Würfel darin bei starker Hitze unter Rühren ca. 2 Min. braten. Salzen, pfeffern und vom Herd ziehen.
4. Die Tomaten waschen und halbieren. Das Hähnchen mit der Haut von den Knochen lösen, am besten mit den Fingern. Das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Den Mozzarella fein würfeln.
5. Den Backofen auf 220° vorheizen. Die Zucchiniwürfel, die halbierten Tomaten, das Hähnchenfleisch und die Mozzarellawürfel mit den Oliven mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Die Hähnchenmischung auf dem gekühlten Teig verteilen und mit dem übrigen Öl beträufeln. Die Quiche im heißen Ofen (Mitte) ca. 35 Min. backen, bis der Teig schön knusprig aussieht.

7. Die Hähnchen-Tomaten-Quiche herausnehmen, noch 10 Min. ruhen lassen, dann in Stücke schneiden und servieren. (Bei dieser Quiche musst Du unbedingt noch 10 Min. warten, sonst ist sie zu saftig und läuft aus).