

Rezept

Kartoffel-Sardellen-Quiche

Ein Rezept von Kartoffel-Sardellen-Quiche, am 13.12.2025

Zutaten

225 g	Mehl	1 TL	Salz
125 g	kalte Butter in Würfeln	1	Ei (M)
600 g	vorwiegend festkochende Kartoffeln		Salz
2	Frühlingszwiebeln	1 Zweig	Rosmarin
8	in Öl eingelegte Sardellenfilets		Pfeffer
300 g	Sahne	3	Eier
	Backpapier		Springform (28 cm Ø)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 - 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 560 kcal

Zubereitung

1. Aus Mehl, 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. Für den Belag die Kartoffeln schälen, waschen und erst in Scheiben, dann in dünne Stifte schneiden. Inzwischen in einem Topf Wasser zum Kochen bringen und salzen, die Kartoffelstifte darin ca. 2 Min. bei starker Hitze sprudelnd kochen lassen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
4. Von den Frühlingszwiebeln die Wurzel-büschele und die welken grünen Teile abschneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen und in Ringe schneiden. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Nadeln abstreifen und fein hacken. Die Sardellen abtropfen lassen und fein schneiden.
5. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Kartoffeln mit den Frühlingszwiebel-ringen, dem Rosmarin und den Sardellen mischen, mit Salz und Pfeffer vorsichtig abschmecken und auf dem gekühlten Teig verteilen. Die Sahne und die Eier mit dem Schneebesen verrühren, leicht salzen und darübergießen.
6. Die Quiche im heißen Ofen (Mitte) ca. 45 Min. backen, bis sie schön gebräunt ist. Herausnehmen, am besten noch 10 Min. ruhen lassen, dann in Stücke schneiden und servieren.