

Rezept

Kürbis-Tomaten-Quiche

Ein Rezept von Kürbis-Tomaten-Quiche, am 28.06.2026

Zutaten

200 g Mehl	1 Ei (M)
5 EL Milch	Salz
80 g eiskalte Butter	Fett für die Form
500 g getr. Hülsenfrüchte zum Blindbacken	500 g Muskatkürbis
80 g getrocknete Tomaten (in Öl)	2 Zehen Knoblauch
150 g Crème fraîche	3 EL Milch
3 Eier (M)	150 g geriebener Gruyère
Pfeffer	Salz
frisch geriebene Muskatnuss	1 Prise Zimt
1 EL getrockneter Rosmarin	1 EL Kürbiskerne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Springform von 28 cm Ø (12 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Mehl auf die Arbeitsfläche häufen, in die Mitte eine Mulde drücken. Ei, Milch und ½ TL Salz hineingeben. Die Butter würfeln und auf dem Mehl verteilen. Alles mit einem großen Messer durchhacken, dann rasch zu einem glatten Teig kneten. In Folie gewickelt 30 Min. kalt stellen.
2. Den Backofen auf 200° vorheizen. Den Kürbis schälen, entkernen und grob raspeln. Die Tomaten abtropfen lassen und klein würfeln. Knoblauchzehen schälen und fein hacken.
3. Die Springform fetten. Den Teig ausrollen und mit einem 2 cm hohen Rand in die Form legen. Den Teigboden mehrmals einstechen, mit Backpapier abdecken und die Hülsenfrüchte darauf verteilen. Im Ofen (unten) 20 Min. blind vorbacken.
4. Inzwischen Crème fraîche, Milch, Eier und Käse verrühren. Mit Salz, Pfeffer, Muskat, Zimt und Rosmarin würzen. Die Kürbisraspel mit Tomaten und Knoblauch mischen, auf dem vorgebackenen Boden verteilen und die Eiercreme darübergießen. Den Kuchen im Ofen (unten) weitere 30 – 35 Min. fertig backen. 10 Min. vor Ende der Backzeit die Kürbiskerne aufstreuen.