

Rezept

Kürbisküchlein

Ein Rezept von Kürbisküchlein, am 13.06.2026

Zutaten

450 g TK-Blätterteig (6 rechteckige Scheiben)	350 g Hokkaido-Kürbisfleisch (geputzt gewogen)
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
6 getrocknete Tomaten (in Öl)	2 EL Pflanzenöl
1 EL getrocknete Kräuter der Provence	Salz
Pfeffer	1 Ei
150 g Crème fraîche	runde Ausstechform (9 cm Ø)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für eine 12er-Mini-Quiches-Form (à 7 cm Ø) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 225 kcal

Zubereitung

1. Blätterteig auftauen lassen. Kürbisfleisch klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen, hacken. Tomaten abtropfen lassen, fein hacken. Öl erhitzen, Zwiebel, Knoblauch, Kürbis und Tomaten darin 3-4 Min. braten. Mit Kräutern der Provence, Salz und Pfeffer würzen. Ei und Crème fraîche verrühren.
2. Ofen auf 200° vorheizen. Aus dem Teig 12 Kreise ausstechen, in die Form drücken, mehrmals einstechen. Kürbismasse einfüllen, Eicreme darübergießen. Im Ofen (Mitte, keine Umluft) 15 Min. backen.