

Rezept

# Lachs-Zucchini-Quiche

Ein Rezept von Lachs-Zucchini-Quiche, am 17.06.2024

## Zutaten

<b>1 Rolle</b> backfertiger Mürbteig für Herzhaftes (ca. 300 g; Kühlregal)	<b>2</b> Zucchini
<b>100 g</b> Räucherlachs	Salz
<b>150 g</b> Crème fraîche	<b>100 g</b> Sahne zum Kochen
<b>2 EL</b> TK-Dill	<b>3</b> Eier (Größe M)
Muskatnuss	Pfeffer
	rechteckige ofenfeste Form

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 490 kcal

## Zubereitung

1. Den Mürbeteig auswickeln, die ofenfeste Form damit auskleiden. Überstehenden Teig wegschneiden. Den Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen.
2. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Zucchini waschen, putzen und grob raspeln. In wenig Salzwasser 1 Min. dünsten, dann in ein Sieb abgießen und gut ausdrücken. Den Lachs in Streifen schneiden und mit den Zucchini auf dem Teig verteilen.
3. Die Sahne mit der Crème fraîche, den Eiern, TK-Dill, Salz, Pfeffer und 1 Prise Muskatnuss verquirlen und über Lachs und Zucchini geben. Alles im vorgeheizten Ofen (Mitte) ca. 30 Min. backen.