

Rezept

Lauch-Tomaten-Quiche

Ein Rezept von Lauch-Tomaten-Quiche, am 16.06.2025

Zutaten

250 g Mehl 140 g kalte Butter Salz 2 Stangen Lauch 3 Tomaten 5 Mangoldblätter **50 g** grüne oder schwarze Oliven (ohne Stein) 2 Knoblauchzehen 80 g Bergkäse (am Stück) 1 EL Öl 1EL Honig 4 cl Sherry medium (nach Belieben) Pfeffer 200 g Schmand 3 Eier Quiche- oder Springform (28 cm Ø) oder langrechteckige Quicheform Mehl für die Arbeitsfläche Fett für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 8 Personen | Schwierigkeitsgrad leicht | Zeit Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | Pro Portion Ca. 430 kcal

Zubereitung

- 1. Für den Teig das Mehl mit der Butter in kleinen Stücken, 1/2 TL Salz und 50 ml kaltem Wasser rasch verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie gewickelt 30 Min. kühl stellen.
- 2. Backofen auf 200° vorheizen. Lauch putzen, in Ringe schneiden, waschen und abtropfen lassen. Die Tomaten waschen, halbieren, entkernen, die Stielansätze entfernen und die Hälften würfeln. Mangold waschen, trocken schleudern, die Stielansätze entfernen und die Blätter in Streifen schneiden. Oliven in Ringe schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Käse reiben.
- 3. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Den Lauch darin andünsten. Mangold, Tomaten, Knoblauch, Oliven und Honig hinzufügen und kurz mitdünsten. Nach Belieben mit dem Sherry ablöschen, kurz verkochen lassen und vom Herd nehmen.
- 4. Den Schmand unter die Gemüsemischung rühren und den Käse dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Fier unterrühren.
- 5. Die Quiche- oder Springform einfetten. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche kreisförmig ausrollen, die Form damit auslegen und dabei einen 3-4 cm hohen Rand formen. Die Gemüse-Eier-Mischung gleichmäßig darauf verteilen und glatt streichen. Die Quiche im heißen Backofen (Mitte, Umluft 180°) 40-45 Min. backen, bis die Masse gestockt und die Oberfläche leicht gebräunt ist.