Rezept

Miniquiches mit Roter Bete

Ein Rezept von Miniquiches mit Roter Bete, am 28.05.2025

Zutaten

- **250 g** Dinkelmehl
- **125 g** kalte Butter
- Butter für die Form
- **500 g** gegarte Rote Bete (vakuumverpackt)
- **2** geräucherte Forellenfilets (ca. 100 g, ohne Haut)
- **2** Eier
- Salz
- **1/2 Bund** Dill
- Salz
- **1** Ei
- Mehl zum Arbeiten
- **1 TL** Weißweinessig
- **150 g** Crème fraîche
- **100 g** saure Sahne
- **2 TL** Meerrettich (aus dem Glas)
- Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Förmchen von 10 cm Ø | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 420 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig aus Mehl, 1/2 TL Salz, Butter, 1 Ei und 2–4 EL Wasser nach Grundrezept (siehe Rezept-Tipp) einen Mürbeteig zubereiten und diesen in Folie gewickelt ca. 30 Min. kühl stellen.

2. Inzwischen für den Belag die Rote Bete abtropfen lassen, in kleine Würfel schneiden (dabei Einweghandschuhe tragen, die Knollen färben!) und mit dem Essig mischen. Die Forellenfilets in kleine Stücke schneiden. Crème fraîche, saure Sahne, Eier und Meerrettich verquirlen und den Guss salzen und pfeffern. Den Dill waschen, trocken schütteln, die Spitzen fein hacken.

3. Den Backofen auf 200° vorheizen, die Förmchen einfetten. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und die Förmchen damit auskleiden, dabei jeweils einen Rand formen. Rote-Bete-Würfel, Forellen und Dill mischen, in die Förmchen verteilen und den Guss darübergießen. Im Ofen (Mitte) in 30–35 Min. goldbraun backen. Vor dem Servieren kurz abkühlen lassen.