

Rezept

# Röschenquiche

Ein Rezept von Röschenquiche, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>500 g</b> Mehl	1/2 TL Salz
<b>4</b> Eigelbe	<b>5 EL</b> Essig
<b>200 g</b> Butter	<b>350 g</b> Brokkoli
<b>350 g</b> Blumenkohl	<b>350 g</b> Kürbis (geputzt gewogen)
<b>200 g</b> Sahne	<b>200 g</b> Schmand
<b>2</b> Eier	Salz
Pfeffer	<b>50 g</b> Parmesan
frisch gerieben	Mehl für die Arbeitsfläche

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 8 Stücke: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 640 kcal

## Zubereitung

1. Alle Zutaten für den Mürbeteig gut verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und 30 Min. in den Kühlschrank legen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig auf wenig Mehl etwas größer als das Blech ausrollen, auf das Blech heben und einen Rand von ca. 2 cm formen.
2. Brokkoli und Blumenkohl putzen, waschen und in Röschen zerteilen. Den Kürbis schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.
3. Das Gemüse in reichlich kochendem Salzwasser 4 Min. blanchieren. Abgießen, eiskalt abschrecken und abtropfen lassen. Das Gemüse auf dem Teig verteilen. Den Backofen auf 180° vorheizen.
4. Alle Zutaten für den Guss glatt rühren und über das Gemüse verteilen. Die Quiche im heißen Ofen (unten, Umluft 160°) ca. 35 Min. backen.