

Rezept

# Spargelquiche aus Blätterteig

Ein Rezept von Spargelquiche aus Blätterteig, am 09.06.2026

## Zutaten

|   |                               |
|---|-------------------------------|
| <b>1</b> Rolle Blätterteig (mit Backpapier) | <b>2</b> Eier                 |
| <b>250 g</b> Sahnequark                     | <b>100 g</b> Sahne            |
| <b>200 g</b> geriebener Käse                | Salz                          |
| schwarzer Pfeffer aus der Mühle             | 1-2 Msp. gemahlene Muskatnuss |
| <b>500 g</b> grüner Spargel                 | 1-1 ½ EL Kräuter der Provence |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Spring- oder Tarteform (26 cm Ø) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 235 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Eine Spring- oder Tarteform mit dem Blätterteig auslegen.

---

2. Eier, Quark, Sahne und den geriebenen Käse in einer Schüssel verrühren. Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken. Die Creme gleichmäßig auf den Blätterteig streichen.

---

3. Den Spargel waschen, an den Enden um 1 cm kürzen und im unteren Drittel schälen. Die Stangen längs halbieren, dann in ca. 3 cm lange Stücke teilen, auf der Quiche verteilen und mit den getrockneten Kräutern bestreuen. Die Quiche im Ofen (mittlere Schiene) in 25-30 Min. goldbraun backen.