Rezept

Spinat-Quiche mit Feta

Ein Rezept von Spinat-Quiche mit Feta, am 29.05.2025

Zutaten

250 g	Mehl
	Salz
600 g	junger Blattspinat
100 g	Fetakäse
200 g	Sahne
	frisch geriebene Muskatnuss
	Mehl zum Arbeiten und für die Form
125 g	weiche Butter (+ Butter für die Form)
4	Eier (M)
100 g	getrocknete in Öl eingelegte Tomaten
60 g	schwarze Oliven
	Pfeffer
1 EL	Pinienkerne
1	runde Springform (26 cm Ø)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 - 8 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 450 kcal

Zubereitung

1. Mehl, Butter, 1 Prise Salz und 1 Ei in eine Schüssel geben und mit den Knethaken des Handrührgeräts rasch zu einem glatten Teig verkneten. Zur Kugel formen, in Folie wickeln und 30 Min. kalt stellen.

2. Inzwischen den Spinat waschen, abtropfen lassen und verlesen, grobe Stiele abschneiden. Wasser in einem Topf aufkochen und salzen. Spinat ins sprudelnd kochende Salzwasser geben, nach ca. 15 Sek. in ein Sieb abgießen, eiskalt abschrecken und abtropfen lassen. Spinat mit den Händen ausdrücken und hacken.

3. Den Backofen auf 200° vorheizen. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen und mit dem Feta in kleine Würfel schneiden. Das Olivenfleisch vom Stein schneiden und klein würfeln. Feta, Tomaten und Oliven unter den Spinat mischen.

4. Die Form fetten und mit Mehl ausstreuen. Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ca. 4 cm größer als die Form ausrollen. In die Form geben, dabei den Teig am Rand hochziehen und gut andrücken. Boden mehrmals einstechen.

5. Übrigen Eier mit der Sahne verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen. Spinatmischung auf dem Teigboden verteilen, den Eierguss darübergießen. Quiche im Ofen (Mitte) insgesamt ca. 35 Min. backen, dabei ca. 10 Min. vor Ende der Backzeit die Pinienkerne aufstreuen. Quiche aus dem Ofen nehmen und noch ca. 10 Min. ruhen lassen.