

Rezept

Spitzkohlquiche mit Spargel

Ein Rezept von Spitzkohlquiche mit Spargel, am 03.06.2025

Zutaten

150 g Mehl	50 g gemahlene Haselnüsse
½ TL Salz	100 g kalte Butter
1 Eigelb	500 g Spitzkohl
3 EL Öl	Salz
Pfeffer	100 ml Weißwein (ersatzweise Gemüsebrühe)
8-10 Stangen weißer Spargel oder grüner Spargel	3 Eier
150 g leichte Crème fraîche	80 g geraspelter Bergkäse
3 EL gehackter Dill	frisch geriebene Muskatnuss
40 g Haselnusskerne	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 795 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig Mehl und Nüsse auf die Arbeitsfläche häufen und das Salz darüberstreuen. Butter in kleinen Stücken darauf verteilen, mit den Fingern zu Bröseln verreiben. Eigelb verquirlen und dazugeben. Alles rasch zu einem glatten Teig verkneten, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Min. kühl stellen.
2. Eine eckige Form (24 x 24 cm) mit Backpapier auslegen. Den Teig zwischen zwei aufgeschnittenen Gefrierbeuteln quadratisch (ca. 28 x 28 cm) ausrollen. Die obere Folie abziehen, den Teig in die Form stürzen, die zweite Folie abziehen. Den Teig in die Form drücken, dabei einen 2 - 3 cm hohen Rand formen. Den Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen und in der Form ca. 30 Min. in das Tiefkühlfach stellen.
3. Inzwischen für den Belag den Spitzkohl putzen, waschen und in Streifen schneiden. Das Öl erhitzen und den Spitzkohl darin ca. 15 Min. schmoren. Salzen und pfeffern, den Wein hinzufügen und verkochen lassen. Den Kohl abkühlen lassen. Spargel schälen (grünen Spargel waschen) und die Enden abschneiden. Die Stangen nach Belieben quer halbieren und in Salzwasser in 8 - 10 Min. bissfest garen. Herausheben und kalt abschrecken.
4. Den Backofen auf 200° vorheizen. Den gefrorenen Boden im Ofen (Mitte) 15 - 18 Min. vorbacken, dann herausnehmen. Eier und Crème fraîche glatt rühren, Spitzkohl, Käse und Dill unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig würzen. Die Mischung auf den Teig geben und den Spargel darauf verteilen. Die Nüsse mit dem Nudelholz grob zerdrücken und aufstreuen. Die Quiche bei 180° in 35 - 40 Min. goldbraun backen. Herausnehmen und vor dem Anschneiden kurz abkühlen lassen.