

REZEPT DER WOCHE

KW 28 07.07. – 13.07.2025

Lauch-Champignon-Quiche (Für 4 Personen)



Das brauchen Sie:

Teig:

400 g	Dinkelmehl Typ 630	(Art.Nr. 6010)
2	Eier	(Art.Nr. 1991)
100 g	Crème fraîche	(Art.Nr. 2273)
170 g	Butter	(Art.Nr. 2340)
½ TL	Salz	

etwas Öl und Mehl für das Blech

Belag:

2	Zwiebel	(Art.Nr. 400)
1	Lauch	(Art.Nr. 406)
400 g	Champignons braun	(Art.Nr. 800)
4 EL	Bratöl Olive	(Art.Nr. 8071)
3 Becher	Schmand	(Art.Nr. 2223)
8	Eier	(Art.Nr. 1991)
1 Msp.	Muskatnuss gemahlen	(Art.Nr. 8344)
	Salz, Pfeffer	

Und so geht's:

Teig:

Backofen auf 180 °C vorheizen. Aus Mehl, Eiern, Crème fraîche, Butter und Salz rasch einen Mürbteig kneten, 30 Minuten kaltstellen. Dann auf ein gefettetes, bemehltes Blech dünn ausrollen und mit einer Gabel einstechen. Ca. 15 Minuten vorbacken, bis er hellgelb ist.

Belag:

Zwiebeln fein würfeln, Lauch in Streifen schneiden, Pilze trocken säubern und zupfen. 2 EL Öl erhitzen, Zwiebel und Lauch 1 Minute anbraten, beiseitelegen. Dann Pilze in weiteren 2 EL Öl anbraten. Schmand und Eier verquirlen, mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen. Gemüse und Pilze auf dem Boden verteilen, Schmand-Ei-Mischung darübergeben. 45 Minuten backen, bis die Quiche gebräunt und gestockt ist.

Tipp:

Mit Holzstäbchen prüfen – haftet Ei, noch etwas weitergaren.