

# Feine Möhrenquiche

Pizza » Quiches

## Zutaten (12 Stücke)

- » 250g Mehl
- » Salz & Pfeffer
- » 1 Prise Zucker
- » 6 Ei(er)
- » 125g Butter/Margarine
- » 1kg Möhre(n)
- » 200g Saure Sahne
- » 50g Schlagsahne
- » Muskat
- » 1 Bd. Schnittlauch
- » 1 TL Petersilie
- » 2 EL Semmelmehl

## Bewertung



### Beschaffung

in jedem Discounter



### Kosten

6-10€



### Zubereitungszeit

91-120min

## Zubereitung

1. Für den Mürbeteig Mehl, Salz, Zucker, 1 Ei und Fett in Flöckchen zu einem glatten Teig verkneten.

2. Teig auf bemehlter Fläche zum Kreis (Durchmesser 30cm) ausrollen. Tarteform (Durchmesser 28cm, mit Lift-off-Boden) fetten und mit Mehl bestäuben. Teig hineinlegen, Rand andrücken. Boden mehrmals einstechen, ca. 45min kühl stellen.

3. Möhren schälen, in Salzwasser ca. 10min kochen. Abtropfen lassen. Saure Sahne, 5 Eier und Sahne verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Schnittlauch in Röllchen schneiden, Hälfte davon und die Petersilie unterrühren.

4. Teigboden mit Paniermehl bestreuen. Möhren darauf verteilen, mit Guss begießen. Im heißen Ofen bei 150°C 45-50min backen. Mit restlichem Schnittlauch bestreuen.

Nährwerte: 270kcal/E7g/F17g/KH20g pro Stück

angelegt am: 23.10.2003

Rezept-Nr: 650

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke