

Möhren-Kohlrabi-Quiche mit Lachs

Fisch-Gerichte » Lachs-Gerichte

Zutaten (8 Stücke)

- » 200g Mehl
- » 4 Ei(er)
- » Salz & Pfeffer
- » 100g Butter/Margarine
- » 500g Möhre(n)
- » 2 Kohlrabi
- » 200ml Milch
- » 100ml Schlagsahne
- » 1 Kästchen Kresse
- » 250g Lachs (geräuchert)

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

über 120min

Zubereitung

1. Mehl, 1 Ei, Salz, weiche Butter und 2EL kaltes Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Zu einer Kugel formen und in Folie gewickelt ca. 60min in den Kühlschrank legen.

2. Möhren und Kohlrabi schälen. Kohlrabi halbieren oder vierteln, beides in Scheiben schneiden. Salzwasser aufkochen und das Gemüse darin ca. 4min blanchieren, in Eiswasser abschrecken und gut abtropfen lassen.

3. Die übrigen Eier mit Milch und Sahne in einer Schüssel verrühren. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Die Hälfte der Kresse abschneiden und unter die Eiermilch rühren. Den Ofen auf 180°C vorheizen.

4. Eine Pieform (Durchmesser 28cm) fetten, mit dem Mürbeteig auskleiden und mit einer Gabel einstechen. Ca. 10min vorbacken. Gemüse dachziegelartig auf dem Teigboden verteilen. Die Eiermilch darüber gießen. Ca. 25min backen.

5. Die Quiche etwas abkühlen lassen, anschließend dekorativ mit den Lachsscheiben belegen. Die übrige Kresse abschneiden und die Quiche damit garnieren. Nach Wunsch lauwarm oder kalt servieren.

Nährwerte: 340kcal/E15g/F21g/KH23g pro Stück

angelegt am: 27.01.2005

Rezept-Nr: 1440

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