

BUNTE GEMÜSE-QUICHE

Kategorie: ABENDESSEN | MITTAGESSEN | VEGETARISCH



Zutaten für 1 Portion:

- 100 g Butter
- 3 Stück Ei
- 60 g Mandel
- 30 g Mandelmehl
- 1 Esslöffel Leinsamen
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Stück Aubergine
- 1 Stück Chicorée
- 3 Stück Möhre
- 250 g Käse (Schaf)
- 50 ml Sahne

ZUBEREITUNG:

Die Butter rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen, sodass sie nicht zu fest ist. Mit zwei Eiern schaumig schlagen, die gemahlenen Mandeln, das Mandelmehl und die Leinsamen unterrühren. Etwas Salz hinzugeben.

Eine Springform einfetten, den Boden mit Backpapier auslegen und den Teig am Boden gut andrücken. Am Rand etwas hochziehen. Im Ofen bei 180 °C Umluft für ca. 10 Minuten backen.

Das Gemüse waschen und gegebenenfalls schälen. Mit einem Sparschäler die Möhren zu Streifen verarbeiten. Die Blätter des Chicorée vorsichtig einzeln entfernen. Die Aubergine in dünne Scheiben schneiden. Die Möhren-Streifen und die Chicorée-Blätter kurz blanchieren.

Den Käse ebenfalls in Scheiben schneiden. Nun das Gemüse und den Schafskäse abwechselnd kreisförmig in die Form schichten. Das dritte Ei und die Sahne verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und über die Quiche gießen. Alles bei 180 °C für 20 Minuten backen.