



Quiche mit Wirsing und Feta



Arbeitszeit: 20 Min



Koch- & Backzeit: 40 Min



ca. 10



Schwierigkeit: Einfach

Zutatenliste

Quicheteig

- 250g Dinkelmehl Typ 630
- 125g kalte Butter
- 1 Ei
- Prise Salz

Füllung

- 400g Wirsing
- 150g Fetakäse
- 1 Zwiebel
- 1 Ei
- 200g Sahne
- 200g Schmand
- 100g geriebener Käse
- 50g Pinienkerne
- Gewürze: Salz, Pfeffer, Muskat, Knoblauch

Zubereitung

Mehl, Butter, Salz und Ei zu einem Mürbteig verkneten. Die Arbeitsfläche mit etwas Mehl bestäuben und den Teig dünn ausrollen. Nun den Mürbteig in eine gefettete und bemehlte Quichform (ca. 28cm Durchmesser) legen und am Rand mit den Fingern andrücken. Den restlichen Teig kann man mit einem Messer sauber abschneiden. Die Form mit einem Backpapier auslegen, Blindbackerbsen oder rohe Kichererbsen darauf verteilen und den Teig 10 Min im Ofen bei 200°C Ober- & Unterhitze vorbacken. Für die Füllung braten wir in einer Pfanne mit etwas Öl den in streifen geschnittenen Wirsing und die klein geschnittene Zwiebel an, bis die Zwiebel glasig ist und der Wirsing noch leichten Biss hat. Zwiebel und Wirsing in eine neue Schüssel geben und kurz abkühlen lassen. Nun den Feta gewürfelt hinzu geben. Mit dem Ei, Sahne, Schmand und Käse vermengen, würzen und die Masse in die Quiche gießen. Die Quiche nun ca. 30 Min goldbraun fertig backen.

