Würzige Käse-Zwiebel-Quiche

Pizza » Quiches

Zutaten (12 Stücke)

- » 150g Mehl
- » 1/2 Pk. Backpulver
- » 100g Magerquark
- » 3 EL Milch
- » 4 EL Öl
- » Salz & Pfeffer
- » 500g Zwiebel(n)
- » 100g Frühstücksspeck
- » 1/2 TL getr. Majoran
- » 100g Appenzeller
- » 75g Gouda
- » 3 Ei(er)
- » 200g Schmand

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Mehl mit Backpulver mischen. Quark, Milch, 3EL Öl und 1/2TL Salz zufügen. Alles zu einem glatten Teig verkneten.

2. Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. 1EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Speck darin auslassen. Zwiebeln zufügen und ca. 5min dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen.

3. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rund (Durchmesser 30cm) ausrollen. In eine gefettete Quicheform (Durchmesser 26cm) legen, den Rand etwas hochdrücken. Zwiebeln und Speck darauf geben.

4. Käse fein reiben. Eier mit Schmand verquirlen. Hälfte Käse unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eierguss über die Zwiebeln gießen. Restlichen Käse darüber streuen.

5. Im vorgeheizten Ofen bei 175°C ca. 30min backen. Quiche auf einer Platte anrichten und mit Majoran garniert servieren.

Nährwerte: 260kcal/E10g/F19g/KH12g pro Portion

angelegt am: 28.09.2004 Rezept-Nr: 1319

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke