Quiche Lorraine mit Speck und Käse

Pizza » Quiches

Zutaten (8 Stücke)

» 300g Blätterteig
» 1 EL Semmelmehl
» 2 Zwiebel(n)
» 150g Frühstücksspeck
» 1 EL Öl
» 250g Emmentaler
» 200g Saure Sahne
» 4 Ei(er)
» Salz & Pfeffer
» 3 EL geh. Petersilie

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
61-90min

Zubereitung

1. Blätterteig nach Packungsangabe auftauen lassen. Den Teig ausrollen und in eine Springform (Durchmesser 26cm) legen, dabei einen Rand von ca. 3cm Höhe bilden. Den Teigboden mit Semmelmehl bestreuen.

2. Zwiebeln abziehen und hacken. Den Speck in feine Würfel oder Streifen schneiden. Ofen auf 180°C vorheizen. Speck im heißen Öl auslassen. Zwiebeln zufügen und glasig dünsten. Käse grob reiben. Ebenso wie die Zwiebel-Speck-Mischung auf dem Teigboden verteilen.

3. Saure Sahne und Eier verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie unterrühren und die Masse über den Zutaten in der Form verteilen. Quiche in ca. 40min goldgelb backen.

Nährwerte: 470kcal/E17g/F40g/KH15g pro Stück

angelegt am: 20.01.2004 Rezept-Nr: 824

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