

# 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