Spargelquiche mit Schoten

Spargel-Gerichte » Spargel überbacken

Zutaten (4 Personen)

» 200g Mehl
» 1 Prise Salz
» 75g Butter/Margarine
» 2 EL Buttermilch
» 300g Spargel (weiß)
» 100g Zuckerschoten
» 1 EL Butter/Margarine
» 1 EL Zitronensaft
» Petersilie
» Schnittlauch
» Kerbel
» Dill
» Estragon
» Salz & Pfeffer
» 200ml Schlagsahne
» 1 EL Gratin-Käse
» 1 Ei(er)

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
91-120min

Zubereitung

1. Mehl, Salz, Butter, Buttermilch und 70ml Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Eine gefettete Springform damit auslegen, dabei einen Rand hochdrücken. Teig 1 Stunde lang in der Form kühlen.

2. Spargel schälen, Schoten waschen. Butter zerlassen, Zuckerschoten darin ca. 3min andünsten. Mit Zitronensaft mischen und abkühlen lassen.

3. Teigboden im Ofen bei 220°C 15min vorbacken. Kräuter hacken, mit Spargel und Schoten vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Auf dem Teig verteilen.

4. Sahne mit Ei verquirlen, Quiche damit bestreichen. Mit Käse bestreuen. Im Ofen ca. 25min backen.

Nährwerte: 289kcal pro Portion

angelegt am: 07.03.2007 Rezept-Nr: 2252

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