

Bunte Gemüse Quiche

Die bunte Gemüse Quiche ist ein vegetarischer Leckerbissen. Das raffinierte Rezept ist ein Genuss für die ganze Familie.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 55 min

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 2,3 h



Zutaten

200 g	Dinkelvollkornmehl
100 g	Butter kalt
1 Stk.	Eidotter
4 EL	Wasser
	Salz
250 g	Brokkoli
2 Stk.	Möhren
1 Stange	Lauch (klein)
100 g	Champignons
2 EL	Olivenöl
100 g	Erbsen
	Salz und Pfeffer
250 g	Schlagobers
3 Stk.	Eier
100 g	Goudakäse (grob geraspelt)
	Muskatnuss (frisch gerieben)

Zubereitung

1. Für die **bunte Gemüse Quiche** das Mehl in eine Schüssel sieben und die in Würfel geschnittene Butter, Eidotter und Wasser dazugeben. Mit Salz würzen und zu einem Teig verkneten. Zugedeckt und gekühlt 60 Minuten rasten lassen.

2. Die Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Brokkoli waschen, beides in Salzwasser etwa 5 Minuten bissfest garen. Abgießen, kalt abschrecken und in eine Schüssel geben.
3. Den Lauch putzen und in Ringe schneiden. Die Champignons mit einem feuchten Tuch abreiben und in Scheiben schneiden. Lauch und Pilze in einer Pfanne kurz 4 Minuten anbraten und zum gemischten Gemüse mengen und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Eine Springform 26-28 cm vorbereiten. Den Teig etwas größer als die Form ausrollen, in die Springform legen und einen 4 cm hohen Rand hochziehen.
5. Das vorbereitete Gemüse auf dem Teig verteilen.
6. Das Schlagobers mit Eier und Gouda verquirlen und mit Pfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken. Den Guss über das Gemüse gießen.
7. Im Backofen etwa 50 Minuten auf unterer Schiene goldgelb backen.

Tipp

Sollte die Quiche beim Backen zu dunkel werden, rechtzeitig mit Backpapier abdecken.