

Frühlingsquiche

Die Frühlingsquiche leitet den Frühling so richtig ein und dieses Rezept macht Lust auf mehr.

Verfasser: Pia-kocht

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 40 min

Ruhezeit: 30 min

Gesamtzeit: 1,5 h



Foto: Pia-kocht

Zutaten

für den Teig

| | |
|---------|--------------------------------|
| 400 g | Mehl |
| 50 ml | Wasser (kalt) |
| 200 g | Butter (weich) |
| 1 Prise | Salz |

für den Belag

| | |
|----------|-------------------------------------|
| 700 g | Spargel (grünen) |
| 2 Bündel | Frühlingszwiebeln |
| 125 g | Speck (in Streifen) |
| 50 ml | Weißwein |
| 2 EL | Butter |
| 1 Prise | Salz |
| 1 Prise | Pfeffer |

für die Eimasse

| | |
|--------|-----------------------------|
| 250 ml | Schlagobers |
| 250 ml | Milch |
| 8 Stk. | Eier |

| |
|--|
| 50 g Parmesan (gerieben) |
| 1 Prise Salz |
| 1 Prise Pfeffer |

Zubereitung

1. Das Mehl gibst du zusammen mit dem Salz in eine Schüssel. Darüber verteilst du die Butter in Flöckchen und gibst das Wasser dazu. Nun knetest du so lange bis ein glatter feiner Teig entsteht. Den Teig wickelst du in Frischhaltefolie ein und legst ihn für ca 30 Minuten in den Kühlschrank.
2. Während der Teig im Kühlschrank ist kannst du mit der Füllung beginnen. Dafür schneidest du beim Spargel die Enden ab und schneidest ihn in gleichmäßige Stücke. Die Frühlingszwiebeln werden gewaschen und von kaputten Blättern befreit. Auch da schneidest du die Enden ab und schneidest den Rest in Stücke, sie können ruhig etwas größer ausfallen. Ich finde es immer sehr schön, wenn man dann später noch erkennt, was für ein Gemüse man eigentlich gerade isst.
3. Anschließend gibst du die Speckstreifen in eine Pfanne. Du brauchst dafür auch kein Öl, da der Speck fettig genug ist. Wenn die Streifen schon etwas krosser angebraten sind, löschst du sie mit dem Weißwein ab und lässt diesen kurz einkochen.
4. Dazu kommt dann der Spargel und wird mit der Butter zusammen etwas angeschwenkt. Die Frühlingszwiebeln kommen erst nach ein paar Minuten dazu und werden auch nur kurz mit angeschwenkt. Die Füllung gut mit Salz und Pfeffer abschmecken und zur Seite stellen.
5. Für die Eiermasse mischst du einfach Milch, Schlagobers, Eier und Parmesan und schmeckst auch das gut mit Salz und Pfeffer ab.
6. Jetzt sollte der Teig schon 30 Minuten im Kühlschrank gewesen sein. Du bemehlst deine Arbeitsplatte und rollst ihn dünn aus. Deine Springform fettest du mit Butter aus und legst die Teigplatte hinein. Schön verteilen und den überschüssigen Teig am Rand mit einem Messer abschneiden. Mit einer Gabel stichst du ein paar Löcher in den Boden.
7. Die Füllung wird nun in der Form verteilt und die Eiermasse darüber gegossen. Dann kommt die Quiche bei 180 Grad (Umluft) für ca 40 Minuten in den Ofen. In den ersten 20 Minuten deckst du die Quiche noch mit Alufolie ab, damit sie nicht zu braun wird. Nach den 20 Minuten weg machen und schön braun werden lassen. Wenn du an der Form etwas wackelst weißt du ob sie schon fertig ist. Sie sollte ganz fest sein und somit nicht mehr wackeln.
8. Nach dem Backen holst du die Quiche aus dem Ofen, schneidest sie in kleine Häppchen oder servierst sie im Ganzen. Guten Appetit und gutes Gelingen.

Tipp

Super lecker auch als Fingerfood und ob warm oder kalt beides schmeckt.