Schnelle Kürbisquiche

Die Schnelle Kürbisquiche wird mit Blätterteig aus dem Kühlregal zubereitet. Ein Rezept für Vegetarier und Käse Liebhaber.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 40 min

Gesamtzeit: 50 min



Zutaten

500 g	Hokkaidokürbise
3 Stk.	Karotten
1 Stk.	Zwiebel
2 EL	Olivenöl
150 g	Schafskäse
1 Packung	Blätterteig
3 EL	Mehl
3 EL	Butter
500 ml	Milch
1 Prise	Muskatnuss (gerieben)
100 g	Käse (gerieben)
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für die **Schnelle Kürbisquiche** den Hokkaido Kürbis schälen, Kerne entfernen und klein würfelig schneiden. Die Karotten waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und hacken.

2. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, das Gemüse und den Zwiebel kurz glasig andünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Von der Kochplatte nehmen.

3. Den Backofen auf 200°C vorheizen.

4. Für die Bechamelsauce die Butter in einem Kochtopf zerlassen, Mehl hinzugeben und unter Rühren anschwitzen lassen. Die Michl nach und nach hinzugießen. Zirka 10 Minuten köcheln lassen und immer wieder mit einem Schneebesen rühren. Mit frisch geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Die Form mit Blätterteig auslegen, das Gemüse und den Schafskäse darauf verteilen und mit der Sauce übergießen. Abschließend mit geriebenem Käse bestreuen.

6. Im Backofen etwa 30 Minuten backen.

Tipp

Zur Kürbisquiche frischen Kopfsalat mit Kürbiskernöl reichen.