Spargel-Quiche

Die vegetarische Spargel-Quiche ist ein köstliches Rezept und ein absolutes Muss in der Spargelzeit.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 40 min

Gesamtzeit: 60 min

Zutaten

1 Bund	Grüner Spargel
1 Packung	Blätterteig
200 g	Cheddar-Käse (gerieben)
200 ml	Schlagobers
4 Stk.	Eier
	Muskatnuss (gemahlen)
	Salz

Zubereitung

1. Für die **Spargel-Quiche** den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die holzigen Enden vom Spargel entfernen und das untere Drittel dünn schälen.

2. Salzwasser in einem Kochtopf erhitzen und den Spargel zirka 20 Sekunden im kochenden Wasser blanchieren, abschöpfen und im kalten Eiswasser abschrecken.

3. Backblech oder eine flache Form mit Backpapier belegen. Den Blätterteig in die Form geben und einen zirka 2 cm hohen Rand bilden.

4. Mit geriebenen Cheddar Käse bestreuen und mit den Spargel Stangen belegen.

5. Die Eier mit Schlagobers verquirlen und mit Salz und geriebener Muskatnuss würzen. Über den Spargel gießen und im Ofen auf mittlerer Schiene zirka 40 Minuten goldbraun backen.

Tipp