

Bunte Gemüse- Quiche



ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

1 Ei (M), 250 g Mehl,
150 g kalte Butter, ½ TL Salz

–

4 Eier (M)
4 Cocktailtomaten
1 Zwiebel
1 Frühlingszwiebel

1 Karotte
½ Zucchini
½ gelbe Paprika

250 g Schmand
1 Prise Zucker
Salz und Pfeffer

–

1 Handvoll Kräuter der
Saison für die Deko

ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten für den Teig zügig von Hand oder mit der Küchenmaschine zu einem geschmeidigen Mürbeteig verkneten, in Frischhaltefolie wickeln und für mindestens eine halbe Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

2. In der Zwischenzeit das Gemüse putzen und nach Belieben in mundgerechte Stücke oder Scheiben schneiden.

3. Außerdem den Ofen auf 175° C Umluft vorheizen.

4. Nach Ablauf der Ruhezeit den Mürbeteig auf einer großzügig

bemehlten Arbeitsfläche möglichst rund ausrollen. Danach über die Backform legen und den Boden als auch die Ränder fest andrücken, bis alles gleichmäßig bedeckt ist.

5. Zudem Eier mit Schmand, Salz, Zucker und Pfeffer verquirlen, die Mischung in die Form gießen und das geschnittene Gemüse darüber verteilen.

6. Die Gemüse-Quiche anschließend für mindestens 30–35 Minuten goldbraun im vorgeheizten Ofen backen.