



Dahnsdorfer Gemüse-Quiche mit Wildkräutern

ZUTATEN

1 Pck Quiche-Teig 300 g
400 g Karotten
550 g Zucchini
250 g Magerquark
250 g Sahnequark
5 Eier
150 g Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
20 g Butter
1 EL Öl
25 g geriebener Parmesan
1 Pck Vanillezucker

Kräuter nach Belieben: Brennnessel, Giersch, Gundermann. Alternativ: Thymian



ZUBEREITUNG

Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. In der Pfanne mit Butter und Öl ca. 5 min bei mittlerer Hitze anschwitzen. Vanillezucker dazugeben und in weiteren 4 – 5 min goldbraun karamellisieren lassen. Ständig rühren, damit Zwiebeln nicht verbrennen. Etwas abkühlen lassen.

Karotten schälen und mit dem Sparschäler längs in dünne Streifen hobeln. Zucchini ebenfalls in Streifen hobeln.

Quicheform (28cm Durchmesser) mit dem Teig nach Packungsanleitung auslegen.

Karamellierte Zwiebelwürfel gleichmäßig auf dem Boden verteilen.

Die Karotten- und Zucchini-Streifen kreisförmig in kleinen Päckchen hochkant von den Außenseiten der Form nach innen aneinanderstellen. Mit etwas Salz würzen.

Quark mit Eiern gut verquirlen, kräftig salzen, mit durchgedrücktem Knoblauch, Pfeffer und Chili-Flocken würzen. Nach Belieben gehackte Kräuter dazugeben.

Mischung über das Gemüse gießen und mit einem Löffel anschließend die Quark-Ei-Masse auch in den Zwischenräumen der Gemüseringe verteilen.

Mit geriebenem Parmesan bestreuen.

Ca. 35 min bei 180 Grad Umluft auf der untersten Schiene backen (200 g Ober/Unterhitze ca. 45 min)