

Gemüse - Quiche

Kategorien: Gemüse, Käse, Pikant, Kuchen, Vorspeise

Zutaten für: 6 Portionen

300	Gramm	TK-Brokkoli
200	Gramm	Paprikschoten
200	Gramm	Zucchini
200	Gramm	Pizzateig, Fertigprodukt
		Fett fuer die Form
1		Ei
1		Eigelb
200	Gramm	Creme fraiche
100	Gramm	Schnittkaese aus Schafsmilch
		Salz
		Pfeffer
		Muskat

Anleitung:

Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Brokkoli antauen lassen. Paprika und Zucchini putzen, waschen, Paprika wuerfeln, Zucchini in Scheiben schneiden. Paprika und Zucchini 1-2 Minuten blanchieren, abschrecken und abtropfen lassen.

Teig ausrollen und eine gefettete Quiche- oder Tarteform damit auskleiden.

Ei, Eigelb, Creme fraiche und den geriebenen Kaese gut vermischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat wuerzen.

Gemuese auf dem Teig verteilen, Ei-Mischung angiessen und im 200 Grad heissen Backofen etwa 20 Minuten backen.

Heiss servieren.