



Rotkohl-Quiche

Zutaten:

Teig: 200 g Weizenmehl, 130 g kalte Butter, 1 Eigelb, Salz

Belag: 400 g Rotkohl, 1 Schalotte, 150 ml Gemüsebrühe, 3 Zweige Thymian, 50 g Sonnenblumenkerne, 4 Eier, 200 g Schlagsahne, 200 ml Milch, 100 g Ziegenfrischkäse, Pfeffer

Aus Mehl, Eigelb, Butter und Salz einen Teig kneten. 30 min im Kühlschrank ruhen lassen.

Rotkohl in Streifen schneiden. Schalotte hacken und in Butter andünsten. Rotkohl zufügen und kurz andünsten, mit Essig und Brühe ablöschen. Würzen, ca. 15 Minuten dünsten und abkühlen lassen.

Sonnenblumenkerne in der heißen Pfanne anrösten. Thymian von den Stielen zupfen. Sahne, Milch und Ei glatt rühren und würzen. Rotkohl mit den Thymianblättchen und den Sonnenblumenkernen mischen, auf die Tarteformen verteilen.

Den Ziegenfrischkäse darüberbröseln, mit der Eiermilch begießen. Im heißen Backofen bei 200°C Umluft ca. 20- 25 Minuten backen.

buffet-ok.de
Online-Shop

Biofrische - direkt zu Ihnen nach Hause

Biokisten

frisches Gemüse und Obst • Käse, Eier, Milch, Brot und Fleisch • Naturprodukte • regionale Produkte

Mittagessen

für Firmen, Büros oder Privathaushalte • Schulen und Kindergarten

Partyservice

kalte und warme Buffets • Cateringservice • Organisation und Durchführung

Bio Bistro „Café:ok“

täglich frisch gekochte Mittagessen • hausgebackene Kuchen und Kaffeespezialitäten