

Möhren Quiche

Zutaten:

300 g Mehl	200 ml Schlagsahne
Salz	100 g Crème fraîche
160 g Butter	2 EL Currypulver
6 schlanke Bundmöhren	6 Eier
20 g frischer Ingwer	Fett für die Form

Zubereitung:

Als Erstes den Teig zubereiten, indem das Mehl in eine Schüssel gegeben wird. Etwas Salz, ein Ei, 160 Gramm Butter und 3 EL Wasser dazugeben. Alles rasch zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und für 30 Minuten in den Kühlschrank legen.

Die Möhren schälen und in einen Topf mit kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen. Die Möhren abgießen, abschrecken, abtropfen lassen und dann der Länge nach halbieren, sodass 12 Möhrenhälften entstehen.

Den Ingwer schälen und fein reiben. Sahne, Crème fraîche, Currypulver, Prise Salz, Ingwer und den 5 Eiern verquirlen.

Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und möglichst kreisrund ca. 3 Millimeter dünn ausrollen. Den Backofen schon einmal auf 180° Umluft vorheizen (Stufe 4 Gashitze).

Eine Tarteform mit Butter einfetten und mit dem Teig auskleiden. Dabei den Rand gut andrücken und den überstehenden Teig abschneiden.

Den Teig auf unterster Schiene ca. 15 Minuten vorbacken (auch durch Blindbacken mit Erbsen und Backpapier möglich).

Die vorgebackene Quiche aus dem Ofen nehmen und die Möhrenhälften auf dem Teig strahlenförmig auslegen (eventuell etwas kürzen).

Die Eiermilch nochmals durchrühren und über die Möhren gießen. Die Quiche nochmals für ca. 50-55 Minuten in den Ofen geben und backen.

Die fertige Quiche etwas auskühlen lassen, in Stücke schneiden und servieren.

Tipp:

Dazu passt gut ein erfrischender Kräuterquark oder ein bunter Sommer-Salat.

Für Veganer: Sie können das Ei im Teig weglassen, oder mit Ei-Ersatz-Pulver arbeiten. Anstelle von Butter einfach vegane Margarine verwenden. Für die Eiersahne-Mischung empfiehlt sich eine Mischung aus fein pürierten Seidentofu und Sojasahne.