

Quiche Lorraine



Zutaten:

Für den Teig:

- 100 g Magerquark
- 3 EL Milch
- 4 EL Öl (neutral schmeckend)
- 1 Ei
- 1/2 TL Salz
- 200 g Mehl
- 3 TL Backpulver
- (je nach Gusto Muskat, Knoblauchsatz, Kümmel gemahlen oder, Oregano....)
-

Für den Belag:

- 200 g gewürfelten Schinken
- 150 g schnittfesten Mozzarella, grob gerieben
- 2 Eier
- 125 g saure Sahne
- 1 TL Speisestärke
- 5 Stengel Petersilie, gehackt
- Salz & Pfeffer aus der Mühle, Paprika oder Pul Biber oder Chilipulver, je nach Geschmack aber nicht zu viel Schärfe
-

Zubereitung:

Ofen auf 220° C Ober-/Unterhitze vorheizen

Für den Teig zunächst Quark, Milch, Öl und Ei gut verrühren. Mehl, Salz, Backpulver und Gewürze dazu geben und gut verkneten.

Für den Belag saure Sahne und Eier und Speisestärke gut miteinander verrühren. Den Schinken, Käse, die gehackte Petersilie und die Gewürze dazugeben und kurz darunter rühren.

Eine Quiche- bzw. Tarte-Form von 26 cm Ø mit Fett ausstreichen, mit Papier auslegen. Den Teig ausrollen und hineinlegen, am Rand hochdrücken und anschließend den Belag darauf verteilen.

Für ca. 40 Minuten auf der zweiten Schiene von unten backen.

Guten Appetit! 😊

PS: Für ein ganzes Blech einfach die Menge verdoppeln.