

Gemüsequiche mit Feta



Rezept für 4 Portionen
Dauer: ca. 45 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Vollmilch	200 ml
Gemüse	Etwas / nach Bedarf
Feta-Käse / Schafskäse	½ Pkg.
Frisch gemahlener Pfeffer	1 Prise(n)
Salz	2 Prise(n)
Butter	100 g
Weizenmehl (glatt)	200 g
Gouda	80 g
Rohe Hühnereier - mittel	2 Stk.
Speiseöl / Öl	Etwas / nach Bedarf
Zwiebeln	1 Stk.
Leitungswasser / Stilles Wasser	60 ml
Frische Kräuter	Etwas / nach Bedarf
Getrockneter Rosmarin	1 Prise(n)

Zubereitung:

Mehl mit kalter Butter, 1 Prise Rosmarin und 60 ml Leitungswasser mit dem Handrührgerät (Knethaken) zu einem Teig kneten und die Teigkugel anschließend 30-60 min kaltstellen.

In der Zwischenzeit das Gemüse waschen, putzen, ggf. schälen und in Stücke schneiden. (z.B. 2 Karotten, 1 Zucchini, 5 Cherry-Tomaten, 1 Zwiebel, 1/2 Avocado)

Öl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse je nach Garzeit 3-1 min. anbraten. (Härtere Gemüsesorten zuerst). Gemüse mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen.

Pfanne vom Herd nehmen und zur Seite stellen.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen und in eine vorbereitete Springform (mit Backpapier ausgelegt) drücken. Dabei soll ein ca. 3-4 cm hoher Rand entstehen.

Feta fein würfeln, Gouda fein reiben.

Milch mit Eiern versprudeln und mit Salz, Pfeffer, Muskatnuß würzen.

Feta unter das leicht abgekühlte Gemüse mischen, die Menge in die Tortenform füllen und mit Ei-Milch übergießen. Abschließend mit Gouda bestreuen und das Ganze bei 180°C Ober-/Unterhitze 45 min. auf mittlerer Schiene backen.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-2311-Gemuesequiche-mit-Feta.html>

Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at