



Spargel-Rhabarber-Quiche

Zutaten (für ca. 5 Stück kleine Tarteformen bzw. eine große Form 30 cm)

Teig:

250 g Dinkelvollkornmehl

½ TL Backpulver

140 g Topfen

1 Ei

6 EL Milch

6 EL Olivenöl

1 TL Salz

Fülle:

125 g Sauerrahm

250 g Hüttenkäse

1 Ei

½ TL Salz

Wenig Pfeffer

250 g roter Rhabarber, schräg in ca. 6 cm langen Stücken, quer und längs halbiert (je nach Dicke)

250 g grüne Spargeln, längs halbiert, in ca. 6 cm langen Stücken

Zitronenthymian

Zubereitung

Für den Teig: Mehl und Backpulver vermischen und zusammen mit Topfen, Ei, Salz, Öl und Milch zu einem glatten Teig verkneten.

Den Teig ca. 15 Minuten kalt rasten lassen und auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und in eine gefettete Tarteform geben und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad auf mittlerer Schiene ca. 15 Minuten vorbacken.

Rahm, Hüttenkäse und Ei verrühren und mit frischen Kräutern (z.B. Zitronenthymian) würzen. Guss auf den Teig verteilen. Rhabarber und Spargel in vom Rand Richtung Mitte spiralförmig darauflegen.

Ca. 30 Min. bei 180 Grad Ober und Unterhitze mit Alufolie bedeckt auf der untersten Rille des Ofens backen, Danach Alufolie abnehmen und noch ca. 10 Minuten fertig backen. Herausnehmen, etwas abkühlen, aus der Form nehmen.

