

KÄSEQUICHE MIT SPINAT



Zutaten für ø 28 cm Quicheform

Teig

100 g	Roggenvollkornmehl
80 g	Dinkelvollkornmehl
150 g	Dinkelmehl, Typ 630
100 g	Weizenmehl, Typ 1050
1/2 Würfel oder	Frischhefe, aufgelöst oder
1 Beutel	Trockenhefe
2 EL	Olivenöl
1 Prise	Meersalz
1 Prise	Zucker
1 TL	Schabzigerklee, getrocknet
ca. 180 ml	Wasser

Belag

1/2 Becher bzw. 275 g	Käsefonduemischung
2 kleine	Zwiebeln
300 g	TK-Spinat, aufgetaut ausdrücken
140 g	Schweizer Hartkäse, gerieben
2	Eier
200 ml	Sauerrahm oder Schmand
100 ml	Sahne
100 ml	Milch
40 g	Mehl
1 Prise	Cayennepfeffer
1 Prise	Muskatnuss

Zubereitung

Teig

Die verschiedenen Mehllarten mit Hefe, lauwarmem Wasser, Olivenöl, Meersalz, Zucker sowie Schabzigerklee in einer Rührschüssel zu einem Teig kneten.

Den Teig an einem warmen Ort eine gute Stunde gehen lassen. Anschließend damit eine Quicheform (oder Tarteform) etwa einen halben Zentimeter dick auskleiden.

Belag

Die Käsefonduemischung mit allen Zutaten vermischen und die Masse gleichmäßig auf dem Teig verteilen.

Die Quiche bei 190°C etwa 40-45 Minuten goldbraun backen.

En Quete!

