

Quiche mit Quark und saisonaem Gemüse

Zutaten für den Knetteig:

250 g	Dinkelmehl 630
1 TL	Backpulver
150 g	weiche Butter
50 g	geriebener Käse
1	Ei
½ TL	Salz



Zutaten für die Füllung:

500 g	Magerquark
3	Eier
50 g	Grieß
50 ml	Sahne
1 Bund	frische Kräuter
150 g	geriebener Käse
400 g	Sommergemüse (Zucchini, Paprika etc.)

Zubereitung:

Eine Springform mit etwas Butter einfetten und den Backofen auf 180°C Heißluft vorheizen.

Für den Knetteig alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten. Die Springform mit dem Teig auslegen und 10 Min. vorbacken.

In der Zwischenzeit für die Füllung Quark, Eier, Grieß und Sahne verrühren. Kräuter hacken und mit geriebenem Käse unterheben. Zuletzt das Sommergemüse waschen, fein würfeln und ebenfalls vermengen. Füllung in den vorgebackenen Teig geben, weitere 45 Min. backen. Quiche ein paar Minuten auskühlen lassen, aus der Springform lösen, in Stücke schneiden und noch warm servieren.

Viel Freude beim Backen und guten Appetit.

