

Karotten- Quiche

mit Erbsen &
Spinat



ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

Teig:

1 GUTSGLÜCK Ei (M)
250 g KÜCHENSTOLZ Mehl
130 g LANDFEIN Butter
1 Prise Salz

Füllung:

4 GUTSGLÜCK Eier (M)
2 ERNTEKRONE Karotten
150 g BIO SONNE Erbsen (TK)
, 100 g BIO SONNE Babyspinat
100 g LECKERROM Gouda (gerieben)
250 ml LANDFEIN Sahne
100 ml BIO SONNE Karottensaft
2 EL BELLUCCINO Olivenöl
1 EL Senf
1 EL BIO SONNE Honig
1 Prise Salz & 1 Prise COOK! Pfeffer
1 Prise COOK! Thymian

ZUBEREITUNG:

1. Für den Quicheteig die Butter in Würfel schneiden und zusammen mit den übrigen Zutaten zügig zu einem bröseligen Teig verkneten.
2. Diesen zu einer Kugel rollen und in Folie für eine halbe Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.
3. Anschließend auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche möglichst rund ausrollen und die mit Olivenöl gefettete Form damit auslegen – die Ränder gut andrücken.
4. In der Zwischenzeit den Ofen auf 190° C Umluft vorheizen.
5. Für die Füllung Eier, Sahne, Karottensaft, Gewürze, Honig, Senf und Gouda vermischen.
6. Die Karotten mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden und zusammen mit Erbsen und Spinat über den Teig verteilen – die Füllung darübergießen.
7. Die Karottenquiche im Ofen für 25–30 Minuten goldbraun backen.

