

# Hörnlepass

ALPENGASTHOF



## Spargel-Quiche

### Die Zutaten und Mengenangaben für 4 Personen:

#### Für den Teig

- 400 g Mehl
- 200 g handwarme Butter
- 8 EL Milch
- ½ TL Salz
- Prise Pfeffer
- Prise Muskat

#### Für den Belag

- 2 Zwiebeln Rot (gewürfelt)
- 300 g Sahne
- 270 g Milch
- 6 Eier
- 150 g mittelalten, geriebenen Bergkäse
- 6 g Schnittlauch
- 460 g gewürfelten, geschälten Spargel
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- Zitronenabrieb

### Die Zubereitung:

Als erstes geben wir alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel und verkneten diese gut. Anschließend lassen wir den Teig für ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen.

Nachdem der Teig geruht hat, rollen wir ihn in einer Stärke von ca. 0,5 cm dünn aus. Dazu bestäuben wir ihn mit etwas Mehl, damit das Nudelholz nicht kleben bleibt. Nun legen wir mit dem Teig eine Back- oder Kuchenform aus und schneiden den gegebenenfalls überstehenden Rand ab.

Für die Spargelmasse schälen wir als erstes den Spargel und schneiden etwa 2 cm vom unteren Stiel ab, da dieser Bereich holzig und trocken ist. Nun vierteln wir den Spargel in der Länge und schneiden ihn in ca. 0,5 cm starke Stücke.

Heben Sie die Abschnitte und die Schalen unbedingt auf, denn aus ihnen lässt sich eine wunderbare Spargelsuppe kochen.

Im nächsten Schritt schneiden wir den Schnittlauch. Anschließend geben wir die Milch, die Sahne und die Eier in eine Schüssel und rühren alles gut durch. Nun geben wir den geschnittenen Spargel, den Schnittlauch, die Zwiebelwürfel und den geriebenen Bergkäse bei und verrühren alles erneut.

Bevor wir die Masse nun in die mit dem Quicheteig ausgelegte Backform füllen, würzen wir die Masse noch mit Salz, Pfeffer und Muskat. Ein Tipp: Etwas Zitronen- oder Limettenabrieb gibt der Quiche einen frischen Charakter.

Wenn die Masse auf dem Teig verteilt wurde, geben wir die Quiche bei 160 °C in den Ofen und backen sie für ca. 35 bis 50 Minuten. Die Garzeit kann je nach Höhe der Quiche variieren. Ob sie fertig ist, testet man am besten – wie bei einem Kuchen – mit einem dünnen Holzstab oder Zahnstocher.

Ist die Quiche fertig, nehmen wir sie aus der Form und richten an.

Ich wünsche einen guten Appetit!

Wie immer wünsche ich Ihnen viel Spaß beim nachkochen und würde mich über ein Feedback freuen.

Ihr Gregor Keck