



Hackfleisch-Käse-Quiche

fruchtig-fein mit Birne, Lauch und Spinat



ca. 40min



2 Portionen

Mit Quiche lassen sich viele Wünsche erfüllen: Herzhaft, fruchtig, cremig, knusprig und zum Wohlfühlen soll es sein? Kein Problem, schaffen wir locker. Unsere Köchin Natalie hat sich eine Version ausgedacht, bei der alle Sinne genießen dürfen. Zum kleinen Leckerwunder mit saftigem Rinderhackfleisch, eleganter Birne und viel Gemüse servierst du frischen Spinatsalat. So leicht werden Wünsche wahr!

- 1 Stange Lauch
- 250g Schweinehackfleisch
- 100g Babyspinat
(ungewaschen)
- 1 Becher Crème fraîche ³
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-
Gewürzmischung
- 1 Birne
- 1 Stück italienischer Hartkäse ³
- 1 Pck. Blätterteig ²

- 1 Ei ¹
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- runde Quicheform
- mittelgroße Pfanne
- Schneebesen
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Kochtipp
Dieses Rezept ergibt 3 Portionen.

Eier (1), Gluten (2), Milch (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 944kcal, Fett 66.0g,
Kohlenhydrate 53.7g, Eiweiß 31.4g



Der Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Lauch** in dünne Ringe schneiden. Das **Hackfleisch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Dann den **Lauch** hinzufügen und 1-2Min. mitbraten. Die **½ des Spinats** unterheben und ca. 1Min. mitbraten, bis der **Spinat** zusammengefallen ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und vom Herd nehmen.



Die **Teig** mit dem Papier nach unten ausrollen und in eine Quicheform legen, den überstehenden Rand abschneiden. Den **Teigboden** mit einer Gabel mehrfach einstechen. Die **Quiche** mit der **Hackfleischmasse** füllen und 25-30Min. im Ofen backen, bis der Rand knusprig und die **Füllung** goldbraun und gestockt ist. Vor dem Anschneiden ca. 5Min. ruhen lassen.



Die **Crème fraîche** mit 1 Ei und 50ml Wasser verquirlen. Mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen und die **½ der Gewürzmischung** unterrühren.



Aus 1EL Olivenöl, 1EL Essig, 1EL Wasser und je 1 Prise Salz, Pfeffer und Zucker ein **Dressing** anrühren.



Die **Birne**, vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Den **Käse** fein reiben und mit den **Birnen** und der **Creme** unter das **Hackfleisch** mengen.



Den **übrigen Spinat** mit dem **Dressing** vermengen. Die **Quiche** nach Belieben in Stücke schneiden und mit dem **Salat** servieren.