MARLEY SPOON



Quiche Lorraine

mit Blätterteig und Salat

30-40min 4 Portionen

Quiche Lorraine ist ein Klassiker der französischen Küche. Mit feinem Speck, Crème fraîche und herzhaftem Käse gefüllt und in Blätterteig gebacken ist sie nicht nur schnell zubereitet, sondern auch einfach unwiderstehlich. Dazu gibt es leckeren gemischten Salat. Bon appétit!

Was du von uns bekommst

- 1 Zwiebel
- 2 Pck. Speckwürfel
- 2 Becher Crème fraîche [3]
- 4 Bio-Eier [1]
- 200g junger Gouda, gerieben [3]
- 1 Pck. Blätterteig [2]
- 20g Schnittlauch
- 100g gemischter Salat

Was du zu Hause benötigst

- 200ml Milch [3]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher
- Schneebesen

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

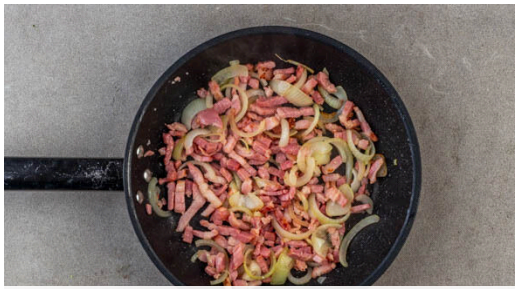
Allergene
Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 960kcal, Fett 75.9g, Kohlenhydrate 35.6g, Eiweiß 33.2g



1. Zwiebeln schneiden

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.



2. Speck braten

Den **Speck** in einer mittelgroßen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1–2Min. anbraten. Dann die **Zwiebeln** hinzugeben und 1–2Min. mitbraten. Vom Herd nehmen und die **Speck-Zwiebel-Mischung** etwas abkühlen lassen.



3. Quichefüllung zubereiten

Die **Crème fraîche** mit 200ml Milch und den **Eiern** verquirlen, dann die **Speck-Zwiebel-Mischung** und den **Käse** untermischen und mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen. **Vorsicht**, der **Speck** und der **Käse** sind auch schon salzig.



4. Teig vorbereiten

Den **Teig** vorsichtig ausrollen und mit den Fingern leicht auseinanderziehen oder mit einem Nudelholz etwas ausdünnen. Mit dem Backpapier nach unten in eine ca. 30x40cm große Auflaufform oder eine Tarteform legen und einen Rand formen. Der Rand der Backform sollte nicht höher als 4cm sein. Den **Teigboden** gleichmäßig mit einer Gabel lochen, dann die **Füllung** auf dem **Teig** verteilen.



5. Quiche backen

Die **Quiche** im Ofen in ca. 25Min. goldbraun backen.



6. Dressing zubereiten

2EL Olivenöl, 2EL Essig und 1EL Wasser verrühren und das **Dressing** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden. Den **Salat** und die **½ des Schnittlauchs** kurz vor dem Servieren mit dem **Dressing** vermengen. Die **Quiche** mit dem **restlichen Schnittlauch** garnieren und mit dem **Salat** servieren.