

Jörg Sackmann
Kleine Quiches mit dreierlei Füllungen

Dienstag, 14. Mai 2019
Rezept für 12 Förmchen
(4 Personen)

Dauer: 1, 5 Stunden
Schwierigkeitsgrad: Mittel
Feine Küche

Zutaten:

Für den Teig

300 g Mehl
1 TL Salz
150 g kalte Butter
1 Ei
25 ml kaltes Wasser

Für die Erbsen-Chorizo-Füllung

60 g Chorizo
60 g gelbe Paprika
1 EL Olivenöl
1 Zweig Thymian
80 g Erbsen (TK)
1 Ei
60 g Sahne
1 EL weißer Balsamico
1 TL geräuchertes Paprikapulver
etwas Salz
etwas Pfeffer
1 Prise Piment d'Espelette

Für die Spargel-Füllung

100 g grüner Spargel
1 EL Butter
etwas Salz
1 Prise Zucker
4 Erdbeeren
2 Stängel Minze
60 g Ziegenkäse
1 Ei
2 EL Crème fraîche
1 Prise Piment d'Espelette

Für die Frühlingszwiebeln-Gambas-Füllung

8 kleine Gambas (mit Schale TK)
2 Frühlingszwiebeln
50 g frische Ananas
5 g frischer Ingwer
2 EL Crème fraîche
2 Msp. Curry
etwas Salz
1 Prise Zucker
1 Ei

zusätzlich

80 g Bergkäse, gerieben (z.B. Appenzeller)



Zubereitung:

1. Für den Teig Mehl, Salz und die kalte Butter in einer Schüssel verbröseln. Das Ei zugeben und kurz verkneten. Nach und nach kaltes Wasser dazugeben und alles kurz mit dem Handballen verkneten. Wichtig, nicht zu lange kneten.
2. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
3. Ein Muffinblech (12 Vertiefungen) einfetten. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.
4. Den Teig ca. 2 mm dünn ausrollen, dann Kreise von 12 cm Durchmesser ausstechen. Die ausgestochenen Teigkreise in die Muffinförmchen legen, mit Backpapier bedecken und mit Backlinsen beschweren. So etwa 8 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Dann das Backpapier inklusive Backlinsen entfernen.
5. Für die Erbsen-Chorizo-Quiche von der Chorizo die Hülle abziehen und die Wurst fein würfeln. Paprika putzen, schälen und in feine Würfel schneiden.
6. Gewürfelte Paprika und Chorizo in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Thymian und Erbsen dazugeben und kurz mit dünsten.
7. Ei, Sahne, Balsamico und Paprikapulver vermengen und mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette würzen. Gemüse mit der Eimasse vermengen und in 4 vorbereiteten Förmchen füllen.
8. Für die Spargelquiche Spargel waschen, im unteren Drittel schälen. Die Spargelköpfe abschneiden, in Salzwasser blanchieren, dann kalt abschrecken und abtropfen lassen und für die Garnitur beiseitestellen. Die restlichen Stangen in 2 mm dünne Scheiben schneiden.
9. Spargelscheiben in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, mit Salz und einer Prise Zucker würzen und auskühlen lassen.
10. Die Erdbeeren waschen, putzen und klein schneiden. Die Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.
11. Erdbeeren, Minze und Spargelscheiben mit dem Frischkäse mischen.
12. Ei und Crème fraîche verrühren und mit Salz und Piment d'Espelette würzen. Eimasse zur Spargelmasse geben, vorsichtig unterheben und in weitere 4 Förmchen füllen.
13. Für die Frühlingszwiebelquiche die Gambas abspülen, trocken tupfen und schälen. Gambas klein schneiden.
14. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden. Ananas schälen und fein würfeln. Ingwer schälen und fein reiben.
15. Crème fraîche mit Curry und einer Prise Salz und Zucker aufschlagen. Das Ei untermischen. Gambasstücke, Ananas, Ingwer und Frühlingszwiebeln zugeben und in die übrigen Förmchen füllen.
16. Förmchen im heißen Ofen bei gleicher Temperatur ca. 15 Minuten goldgelb backen. Nach 10 Minuten Backzeit geriebenen Käse auf die Küchlein verteilen. Sie sind fertig, wenn die Füllungen gestockt und goldbraun gebacken sind.
17. Die Spargelspitzen zur Garnitur auf die Spargelküchlein geben.

Pro Portion: 940 kcal / 3950 kJ
66 g Kohlenhydrate, 27 g Eiweiß, 63 g Fett