

Kochen

Rainer Klutsch

Montag, 11.03.2024

Spinat-Quiche mit Radieschen-Chicorée-Salat

Für ca. 12 Stücke

Zutaten

Für den Teig

150 g Weizenschrot
150 g Magerquark
100 g Butter, weich
etwas Salz

Für die Füllung

600 g Spinat, frisch oder ca. 450 g TK-Spinat
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
40 g Butter
etwas Salz
etwas Pfeffer
etwas Muskat
30 g Mehl
200 g Schmand
4 Eier (Größe M)

Für den Salat

2 Kolben Chicorée
8 Radieschen
2 Bioorangen
1 TL Honig
2 TL Senf
etwas Salz
etwas Pfeffer
3 EL Balsamessig, hell oder anderer heller Essig
4 EL Rapsöl

Zubereitung

- Für den Teig** Mehl bzw. Schrot, Quark (gut abtropfen lassen), Butter und etwas Salz zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Mindestens 3-4 Stunden kühlen, am besten am Vorabend zubereiten.
- Für die Füllung** Spinat putzen, abbrausen, trocken schütteln und grob hacken (Tiefkühl-Spinat auftauen lassen). Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Knoblauch nach Belieben durch eine Presse drücken.
- In einer großen Pfanne oder einem Topf ca. 10 g Butter erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig andünsten. Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
- Die übrige Butter in einem Topf erhitzen. Mehl darüber stäuben und kurz anrösten. Den Schmand zugeben und unter ständigem Rühren etwas einkochen lassen.
- Topf vom Herd ziehen und etwas abkühlen lassen. Eier nach und nach unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Den Boden einer Springform (Durchmesser ca. 26 cm) mit Backpapier belegen. Den Rand mit kaltem Wasser abbrausen und trockentupfen.



7. Den Teig etwas größer als die Form (Durchmesser ca. 30 cm) ausrollen. In die Springform geben und dabei einen Rand formen.
8. Etwa zwei Drittel der Schmandmasse mit dem Spinat mischen und auf dem Teigboden verteilen.
9. Die übrige Schmandmasse darauf geben und glatt streichen. Quiche im Backofen bei 200 Grad Ober- und Unterhitze, auf der mittleren Schiene ca. 35-40 Minuten backen.
10. **Für den Salat** Chicorée putzen, abbrausen und in Streifen schneiden (evtl. den harten Strunk entfernen). Radieschen abbrausen, trockenreiben und klein schneiden.
11. Orangen abbrausen, trockenreiben und etwas Schale abreiben. Eine Orange halbieren und den Saft auspressen. Die andere Orange dick schälen, sodass die weiße Haut entfernt wird. Die Filets herausschneiden und halbieren.
12. Orangensaft und Schale, Honig, Senf, Salz, Pfeffer, Essig und Öl verquirlen.
13. Dressing mit Chicorée, Radieschen und Orangenfilets mischen und bis zum Servieren ziehen lassen.
14. Die Spinat-Quiche aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen und in Portionen teilen. Mit dem Salat anrichten und servieren.

Tipp: Der Teig sollte relativ trocken sein. Falls der Magerquark zu flüssig ist, diesen gut abtropfen lassen bzw. ausdrücken.