

Otto Koch
Quiche Lorraine

Donnerstag, 25. Juli 2019
Rezept für 4 Personen

Dauer: 4 Stunden
Schwierigkeitsgrad: mittel
Weltküche

Zutaten:

Für den Teig

200 g	Mehl
1	Ei
1 Prise	Salz
110 g	kalte Butter
2 EL	kaltes Wasser



Für die Füllung

200 g	geräucherter, magerer Bauchspeck
200 g	Gruyère (oder anderer würziger Bergkäse)
4	Eier
150 g	Crème fraîche
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Prise	Muskat

zusätzlich:

etwas	Butter zum Einfetten der Form
etwas	Mehl zum Ausrollen des Teigs

Zubereitung:

1. Mehl in eine große Schüssel geben, in die Mitte eine Vertiefung eindrücken, Ei und Salz hineingeben. Die Butter in kleine Stücke schneiden, auf den äußeren Mehrlrand geben und mit einer Gabel alles vermischen.
2. Dann das eisgekühlte Wasser zugeben und alles zügig zu einer glatten Teigkugel kneten.
3. Den Teig mit etwas Mehl bestäuben und in Pergamentpapier einwickeln. Im Kühlschrank mindestens 2 Stunden kühlen.
4. Für die Füllung den Speck fein würfeln, den Käse reiben.
5. Eier mit Crème fraîche verquirlen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
6. Die Quicheform (ca. 32 cm Durchmesser) mit Butter einfetten.
7. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.
8. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsplatte auswellen und in die gefettete Form legen. Mit Backpapier bedecken und Hülsenfrüchte zum blind backen auf den Teig geben. Den Teig ca. 15 Minuten im Ofen vorbacken.
9. Teig aus dem Ofen nehmen, die Hülsenfrüchte entfernen. Den Speck auf dem Teig verteilen, den Käse über den Speck streuen und die Eier-Crème fraîche darüber geben und gut über den ganzen Kuchen verteilen.
10. Die Quiche im vorgeheizten Ofen ca. 40 Minuten backen.

Tipp: Falls die Oberfläche zu schnell bräunt, die Quiche mit etwas Backpapier bedecken und weiterbacken.

11. Gebackene Quiche in der Form kurz etwas stocken lassen, dann aus der Form heben und servieren. Dazu passt gut ein Blattsalat mit Vinaigrette

Tipp: Wer keinen Speck mag, kann diesen weglassen und dafür 300 g gedünstetes und gewürfeltes Gemüse für die Quiche verwenden. Dafür einfach 300 g Gemüse nach Wahl (z.B. Zucchini, Paprika, Champignons) klein würfeln und in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Dann wie den Speck auf dem Boden verteilen und wie im Rezept beschrieben weiter zubereiten.

Pro Portion: 1070 kcal / 4495 kJ
39 g Kohlenhydrate; 33 g Eiweiß; 88 g Fett