

## Kochen

### Rainer Klutsch

Montag, 15.04.2024

### Spargelquiche mit Kerbel und Frischkäse

Für ca. 12 Stücke

#### Zutaten

##### Für den Teig

250 g Dinkelmehl, Type 630  
1 TL Backpulver  
1 Prise Salz  
80 ml Olivenöl  
80 ml Wasser, ca. lauwarm

##### Für den Belag

750 g Spargel, grün  
3 Eier, Größe M  
etwas Salz  
200 g Frischkäse, Doppelrahm  
50 g Schmand  
etwas Pfeffer  
2 Wacholderkörner, gemörsert  
1 Bund Kerbel  
150 g Bergkäse

#### Zubereitung

1. **Für den Teig** Mehl, Backpulver, Salz, Öl und Wasser (nach und nach zugeben) zu einem glatten Teig verkneten. Bis zur Verwendung abdecken und beiseite stellen.
2. **Vom Spargel** die holzigen Enden abschneiden und das untere Drittel evtl. schälen.
3. Spargel in kochendem Salzwasser ca. 3-4 Minuten bissfest blanchieren. Herausnehmen und kalt abbrausen.
4. Eier, Frischkäse, Schmand und evtl. etwas abgekühltes Spargelwasser verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Wacholder kräftig würzen.
5. Den Kerbel, bis auf einige Stiele, abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden. Unter die Frischkäsemasse rühren
6. Den Käse grob reiben.
7. **Den Boden** einer Springform (Durchmesser ca. 28 cm) mit Backpapier belegen. Den Rand einfetten.
8. **Den Teig** etwas größer als die Form (Durchmesser ca. 32 cm) ausrollen. In die Springform geben und dabei einen Rand formen.
9. Die Hälfte des geriebenen Käses auf dem Teigboden verteilen. Darauf die Spargelstangen verteilen.
10. Die Eier-Frischkäsemasse darüber gießen. Mit dem restlichen Käse bestreuen.
11. Die Quiche im Backofen bei 180 Grad Ober- und Unterhitze, auf der mittleren Schiene ca. 30 Minuten goldbraun backen.
12. Quiche aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen. Übrigen Kerbel fein schneiden und über die Quiche streuen. Quiche in Stücke schneiden und servieren. Schmeckt warm und kalt. Dazu passt Salat