

Spargel – Ricotta-Quiche

Zubereitung: 45 Minuten

Garzeit: 50-65 Minuten

Portionsgröße: 4-6 Portionen

Zusätzliche Information: Quicheform 28 cm Durchmesser



1. Mürbteig herstellen von Hand

Menge	Zutaten	Arbeitsschritt
225g	Mehl	Mehl und Salz in eine Schüssel sieben
½ TL	Salz	
125g	kalte Butter	Butter würfeln und zum Mehl und Salz geben, bis eine krümelige Masse entstanden ist
4 EL	Kaltes Wasser	3 EL kaltes Wasser und Zitronensaft nach und nach zufügen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Das restliche Wasser nur bei Bedarf einarbeiten.
1 TL	Zitronensaft	

Den Teig in Frischhaltefolie in Form einer Kugel einpacken und im Kühlschrank 45-60 min ruhen lassen.

2. Füllung herstellen

Menge	Zutaten	Arbeitsschritt
1,5kg	Grüner Spargel	Putzen und in 1-2cm lange Stücke schneiden Den Spargel 5-6 min. knackig dämpfen
3 EL	Butter	Die Butter in einer großen Pfanne zerlassen und die Spargelstücke 2-3 min. darin schwenken
4	Eier	Eier, Parmesan, Ricotta und Sahne in einer großen Schüssel verrühren
60g	Parmesan	
250g	Ricotta	
250g	Schlagsahne	
1Prise	Salz	Die Menge mit Salz und Pfeffer abschmecken
1 Prise	Schwarzer Pfeffer	



3. Quiche fertig stellen

- Backofen auf 200 Grad Ober- Unterhitze vorheizen.
- Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem ca. 32 cm großen Kreis ausrollen.
- Den ausgerollten Teig vorsichtig in die Quicheform geben und andrücken. Den Rand ausbessern: Der Rand sollte gleich hoch wie die Quicheform sein. An Stellen mit zu viel Teig etwas Teig wegnehmen und diesen an Stellen mit weniger Teig hinzufügen und andrücken.
- Eine Alufolie über den Teig legen.
- Den Teig 5-10 min. im vorgeheizten Backofen mit Alufolie blind backen, bis er hellgoldgelb ist.
- Die Alufolie entfernen, die Temperatur auf 180 Grad drehen und den Teig weitere 5-7 min. backen, bis er goldbraun ist.
- Die Form mit dem Teig rausholen, den Ofen wieder auf 190 Grad hochdrehen und weiterlaufen lassen.
- Die Spargelstangen gleichmäßig auf den Teigboden verteilen.
- Die Eiersahne darüber gießen.
- Die Quiche 30-35min im Ofen backen, bis die Füllung fest ist.
- Warm oder kalt servieren.