

# Herstellung Mini-Spargel-Quiches

## Zutaten Quark-Öl-Teig

- 60 g Öl
  - 300 g Mehl
  - 150 g Quark
  - 2 gestr. TL Backpulver
  - 1 Ei
  - ¼ TL Salz
- 
- Öl zum Einfetten der Förmchen

## Zutaten Belag

- 150 g Emmentaler
- 400 g grüner Spargel
- 200 g Schmand
- 2 Eier
- ½ TL Salz
- Pfeffer
- Paprika, edelsüß
- Muskat

## Herstellung

10 kleine Tartelette-Förmchen (ca. 10 cm Durchmesser) einfetten und Käse für den Belag reiben.



Grünen Spargel waschen, das untere Drittel Schälen und in 1-2 cm dicke Stücke schneiden. Spargel einige Minuten in Salzwasser bissfest kochen.

Mehl, Quark, Backpulver, Ei, Öl und Salz mit der Küchenmaschine zu einem glatten Teig kneten.



Den Teig in 10 Teile teilen, zu Kugeln formen, diese jeweils rund ausrollen (ca. 14 cm Durchmesser) und die vorbereiteten Tartelette-Förmchen damit auskleiden.

Vorgegarten Spargel auf den Teigböden verteilen.



Schmand, Eier, Gewürze verrühren und auf dem Spargel verteilen. Mit dem geriebenen Käse bestreuen und die Quiches 15-20 Minuten bei 200 °C backen.

Nach dem Backen 10 Minuten in den Formen auskühlen lassen.

**Guten Appetit!**

