

# Porree - Möhren – Kuchen

## Zutaten

500 g Mehl 1 Pck. Hefe 1 Ei 1 EL Salz 3 EL Öl 125 ml Milch 1 Prise Zucker 5 Möhren 3 Porreestangen 1 Zwiebel Sonnenblumenkerne 1 TL Öl Salz und Pfeffer 200 ml Sahne 200g Käse 1 Ei Paprikapulver Gemüsebrühe

## Zubereitung

Mehl, Hefe, Ei, Zucker, Salz, Öl und Milch in eine Schüssel geben und gründlich verkneten. Sollte der Teig kleben, mit etwas Mehl bestäuben. Wenn alles gut verknetet ist, den Teig mit einem feuchten Küchentuch bedecken und an einem warmen Ort ca. 1 1/2 Stunden gehen lassen, bis der Teig sein Volumen deutlich vergrößert hat. Die Möhren und die Zwiebel schälen und raspeln. Den Lauch säubern und in Ringe schneiden. Öl erhitzen und das Gemüse mit 2EL Gemüsebrühepulver, Salz und Pfeffer ca. 15 Minuten durchgaren. Zwischendrin die Sonnenblumenkerne hinzufügen und mitbraten. Dann alles abkühlen lassen. Den Backofen auf 200°C vorheizen. Den gegangenen Teig auf einem mit Backpapier belegten Backblech ausbreiten, bis er überall einigermaßen gleich dick ist. Einen kleinen Rand (ca. 4 cm) rundherum formen, damit die Füllung später nicht ausläuft. Die abgekühlte Füllung gleichmäßig auf dem Boden verteilen. Aus Sahne, Ei und Gewürzen nach Belieben eine Soße mischen und diese gleichmäßig über die Füllung gießen. Den geriebenen Käse darüber streuen und die Quiche für ca. 30 Minuten in den Ofen schieben, bis der Käse gut gebräunt ist.