

Wirsing-Quiche

Zutaten

200 g Vollkornmehl
100 g Butter
3 Eier
50 g Speck
1 mittlere Zwiebel
1 kleiner Kopf Wirsing (ca. 500g)
150 g Käse
¼ l Milch
Muskat
Pfeffer Salz

Zubereitung

Das Mehl mit der Butter, einem Ei und einer Prise Salz verkneten. Den Teig etwa 30 Min. kühl stellen. Den Speck und die Zwiebel würfeln. Die Speckwürfel in einer Pfanne auslassen. Die Zwiebel dazugeben und glasig dünsten. Den Wirsing putzen und hobeln. Zusammen mit etwas Wasser in die Pfanne geben und 10 bis 15 Min dünsten.

Den Teig ausrollen und in eine gefettete Tarteform geben. Den Käse reiben und unter das Wirsinggemüse mischen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem Teig verteilen. Die Milch mit 2 Eiern verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskatwürzen und auf die Tarte gießen. Das Ganze bei 200°C im Ofen etwa 40 Minuten backen.

Guten Appetit