

### Tomaten-Rucola-Quiche

Kategorie: Aufläufe und Ofengerichte - Aufwand: mittel - Preis: mittel - für Gruppen: ja - vegetarisch: möglich

#### Zutaten

##### Boden

- 350 g Weizenmehl Typ 550
- 0,5 Würfel frische Hefe
- 0,5 TL Zucker
- 150 ml lauwarme Milch
- 100 g weiche Butter
- Salz
- 1 Ei

##### Füllung

- 2 rote Zwiebeln
- 4 Tomaten
- 0,5 Bund Rucola
- 50 g Salami
- 50 g gekochter Schinken
- 100 g saure Sahne
- 100 g Quark
- 1 Ei
- Salz & Pfeffer
- Butter für die Pfanne

(Angaben für 4 Personen)



Diese Quiche wird anstelle eines Mürbeteigs mit einem Hefeteig zubereitet. Durch die Schinken- und Salamistreifen sowie den Rucola wird sie lecker würzig. Aber auch die vegetrische Variante ohne den Schinken und die Salami ist schmackhaft.

#### Zubereitung

Aus Mehl, Hefe, Zucker und Milch einen Vorteig rühren und diesen 10 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Butter, Salz und Ei in den Teig einarbeiten und diesen gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat. Eine gefettete Quicheform (oder bei großen Mengen ein Backblech) mit dem Teig auskleiden und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Den Teig bei 50°C etwa 20 bis 30 Minuten im Backofen gehen lassen.

Die Zwiebeln in Ringe schneiden, die Tomaten grob würfeln. Den Rucola etwas kleinzupfen, Salami und Kochschinken in Streifen schneiden.

Die saure Sahne mit dem Quark glattrühren und mit dem Ei verquirlen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse auf dem Hefeteig verteilen. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebelringe darin glasig dünsten und herausnehmen. Die Tomaten im gleichen Fett kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer abschmecken und herausnehmen. Die Zwiebelringe und Tomatenstücke auf der Quiche verteilen und mit den Salami- und Schinkenstreifen belegen. Die Quiche etwa 30 Minuten im Ofen bei 200°C backen, nach 15 Minuten mit dem Rucola garnieren und dann zu Ende backen.

Die Quiche schmeckt sowohl heiß als auch kalt.