

Tomatenquiche

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

Boden

- 135 g fein gemahlenes
Dinkelvollkornmehl
- 135 g geriebene
Haselnüsse
- 125 g Margarine in Stücken
- 1,0 Ei
- 1,0 Prise Salz

Belag

- 160 g geriebener
Emmentaler oder
Gouda
- 3,0 Zwiebeln
- 4,0 EL Öl
- 4,0 Tomaten
- 200 g Sahne
- 2,0 Eier
- 3,0 EL frische gemischte
gehackte Kräuter
Salz & Pfeffer

(Angaben für 4 Personen)

Der besondere Reiz dieser Tomatenquiche liegt in ihrem Boden, der aus Dinkelmehl und gemahlenen Haselnüssen zubereitet wird.

Zubereitung

Alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten und damit eine gefettete Quicheform (oder bei großen Mengen ein Backblech) auskleiden. Die Form etwa 30 Minuten in den Tiefkühlschrank stellen. Den Backofen auf 220°C vorheizen und den Teig 5 Minuten vorbacken. Den Backofen auf 180°C herunterstellen.

In der Wartezeit die Zwiebeln würfeln und in Öl andünsten. Die Tomaten in Scheiben schneiden. Den vorgebackenen Boden zuerst mit dem Käse belegen, dann die Zwiebeln darauf verteilen und zuoberst die Tomatenscheiben legen. Die Sahne mit den Eiern, Kräutern, Salz und Pfeffer verquirlen und über die Quiche gießen. Die Quiche 25 Minuten backen.

