



KLEINE ZUCCHINIQUECHES

1 h Mittel

Ziehen lassen ca. 30 min, Backzeit ca. 30 min

ZUTATEN (FÜR 4 - 6 KLEINE QUICHES)

Für den Teig:

200 g Mehl

1 Prise Salz

125 g kalte MinusL Butter

1 Ei

Mehl, für die Arbeitsfläche

weiche MinusL Butter, für die Form

Für den Belag:

ca. 600 g Zucchini

3 Lauchzwiebeln

180 g MinusL Gouda, in Scheiben

100 g Speck

200 ml MinusL H-Schlagsahne

3 Eier

Salz

Pfeffer

Muskat

1/2 TL Zitronenabrieb

ZUBEREITUNG

Das Mehl mit dem Salz mischen und auf eine Arbeitsfläche häufen. In die Mitte eine Mulde drücken, die Butter in Flöckchen um die Mulde herum verteilen und das Ei in die Mitte schlagen.

Mit einem Messer alle Zutaten krümelig zerhacken und mit den Händen rasch zu einem glatten Teig verarbeiten. Zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie gewickelt ca. 30 Minuten in den Kühlschrank legen.

Den Backofen auf 200°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Zwischenzeitlich die Zucchini waschen, putzen und grob raspeln. Die Lauchzwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Den Käse und den Speck möglichst klein würfeln.

Den Teig in 4–6 Stücke teilen und auf bemehlter Fläche etwas größer als die Förmchen (ca. 12 cm Durchmesser) ausrollen. Die Förmchen ausbuttern, den Teig hineindrücken und einen kleinen Rand formen.

Die Zucchini mit den Frühlingszwiebeln, der Hälfte vom Speck sowie der Hälfte vom Käse vermengen. Die Mischung in die Förmchen verteilen.

Die Sahne mit den Eiern und dem übrigen Käse verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen. Über die Zucchini Mischung gießen, den restlichen Käse und Speck darüber verteilen und im Ofen ca. 30 Minuten goldbraun backen. Falls die Oberfläche zu dunkel wird, mit Alufolie abdecken.

Tipps:

Statt 4–6 kleiner Förmchen kann auch eine Springform mit 24 cm Durchmesser verwendet werden. Diese backt dann etwa 45 Minuten.