

Bärlauch-Quiche mit Sesamsamen



für eine Form von 26 bis 28 cm Ø
oder
für 6-8 Portionenförmchen

Quark-Mürbeteig:

200 g Mehl (Mehltype 720 oder Mehltype 1050 oder halb/halb)
½ TL Salz
60 g kalte Butter
150 g Magerquark

Mehl und Salz mischen. Kalte Butter in kleine Stücke schneiden, mit dem Mehl zwischen den Fingern krümelig reiben. Quark begeben, rasch zu einem Teig zusammenfügen, nicht kneten. Zugedeckt mind. 30 Minuten kühl stellen.

Füllung:

200 g junge Bärlauchblätter
1 Ei
200ml Naturjoghurt
3 EL Sauer Sahne/ Sauerrahm
150g geriebener Gruyère
Salz, Frische Muskatnuss,
Cayennepfeffer, Kardamompulver



Zubereitung:

Bärlauch waschen, tropfnass in den Kochtopf geben und bei starker Hitze zusammenfallen lassen, in ein Sieb geben, gut ausdrücken, abkühlen lassen und grob hacken.

Den Backofen auf 200° vorheizen

Den Teig ausrollen und in die eingefettete Form legen.

Ei, Joghurt und Sauerrahm verrühren, Bärlauch und Gruyère unterrühren, würzen. Auf die Form verteilen.

Quiche im unteren Drittel in den Backofen schieben, bei 200° 25 bis 30 Minuten backen.