

Rezept

## Quiche mit Zucchini und Tomaten



© Katrin Winner

### Info



90 Min.

Gesamtzeit

45 Min.

Zubereitungszeit

45 Min.

Backzeit



mittel



670 kcal

Kilokalorien

20 g

Eiweiß

41 g

Fett

54 g

Kohlenhydrate

### Zutaten

für

-

4

+

Portionen

250 g **Weizenmehl** Type 405

130 g **Butter** kalt und gewürfelt

4 **Eier**

3 El **Milch**

**Salz**

2 **Zucchini** grün

300 g **Tomaten**

**Oregano** frisch

150 g **Sauerrahm**

100 g **Ziegenfrischkäse**

**Pfeffer**

### Zubereitung

1. Mehl, Butter, 1 Ei, Milch und 1/2 TL Salz zügig zu einem festen Teig verkneten. Teig abgedeckt im Kühlschrank 30 Minuten ruhen lassen.
2. Zucchini der Länge nach in 0,5 cm breite Scheiben schneiden und leicht salzen. Breite Scheiben der Länge nach halbieren, sodass die Scheiben etwa gleich groß sind.
3. Tomaten quer halbieren.
4. Oregano grob hacken. Eier, Sauerrahm, Ziegenfrischkäse und Oregano vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Teig ausrollen, in die Quicheform (23 x 23 cm) legen und mit einer Gabel mehrfach einstechen. Quicheteig 10 Minuten vorbacken (mittlere Schiene). Form aus dem Ofen nehmen, Masse einfüllen. Zucchini quer als Welle in die Quiche legen (s. Foto), Tomaten rechts und links davon, mit der Schnittseite nach oben einsetzen.
6. Quiche weitere 35 Minuten backen, etwas auskühlen lassen und vorsichtig aus der Form lösen und servieren.