

Lachs Quiche mit Spinat



Zutaten

für 2 Personen

450g Blattspinat
1 Knoblauchzehe
½ Stange Lauch
2 EL Sonnenblumenöl
Salz
Pfeffer
Muskatnuss
4 Eier
200ml Halbrahm
150g Crème fraîche
1 TL mittelscharfer Senf
250g Lachsfilet ohne Haut

Und so wird's gemacht

Für die Füllung Spinat auftauen, abtropfen lassen und gut ausdrücken. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Lauch waschen, abtropfen lassen, putzen und in feine Scheiben schneiden.

Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft: 180°C) vorheizen.

Eine Quicheform (Ø 26 cm) einfetten. Knoblauchwürfel und Porree in einer Pfanne in Öl 1-2 Minuten glasig dünsten, Spinat untermengen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Eier, Sahne, Crème fraîche und Senf glattrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Lachsfilet in 2-3 cm grosse Würfel schneiden. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rund ausrollen (ca. Ø 28 cm), mit bemehlten Händen in die Quicheform drücken und einen Rand formen.

5 EL der Sahnemischung auf dem Teig verteilen, mit Spinat belegen, Lachswürfel gleichmässig darauf verteilen, leicht eindrücken, mit der restlichen Sahnemischung begiessen und im vorgeheizten Ofen auf der untersten Schiene ca. 35 Minuten backen.

Quiche etwas abkühlen lassen, aus der Form lösen, in Stücke schneiden und nach Wunsch mit buntem Blattsalat servieren. Die Quiche ergibt ca. 8 grosse Stücke. Guten Appetit!