

Id2745 web e638d614bfc02e969bad69bdf8edc0ec

Mediterrane Oliven-Quiche

mit frischer Tomatensalsa



30-40min



2 Personen

Diese Quiche war der Hit in unserer Testküche! Die ging schnell, einfach und ist so, so lecker! Bonuspunkt: Es bleibt sicher noch was für das Mittagessen am nächsten Tag übrig! Die cremige Eiermischung mit Fetakäse, getrockneten Paradeisern und Oliven schmeckt nach Sonne. Mit der frischen Paradeisersalsa garniert, träumen wir schon vom nächsten Urlaub in Südfrankreich!

Was du von uns bekommst

- frische Petersilie
- Paradeiser
- Blätterteig ¹
- Alles im Grünen Gewürzmischung
- Eier ³
- getrocknete Paradeiser ¹²
- Feta ⁷
- Jungzwiebel
- Crème fraîche ⁷
- schwarze Oliven

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Auflaufform
- Backblech
- Backrohr mit Ober-/Unterhitze
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 1054.0kcal, Fett 80.0g, Eiweiß 29.1g, Kohlenhydrate 52.4g



1. Fülle vorbereiten

Backrohr auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die **Oliven** und **getrocknete Paradeiser** abtropfen lassen und fein hacken. Den **Käse** fein krümeln.



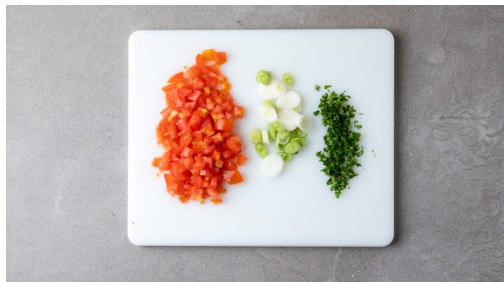
2. Eiercreme mischen

Den **gekrümelten Käse** mit **Crème fraîche**, **Oliven**, **getrockneten Paradeisern**, **Gewürzmischung**, Salz, Pfeffer und **2 Eiern** zu einer Creme mischen.



3. Quiche füllen

Den **Blätterteig** mit Papier in eine runde, ca. 23cm breite Quicheform ausrollen und die **Füllung** hinzufügen. Ggfs. den **Teig** am Rand abschneiden. **Tipp:** Eine dünne Metallform ist am besten für einen knusprigen **Teig!** Ca. 30Min. auf der untersten Schiene im Rohr backen, bis die **Füllung** goldbraun ist. Dann 5Min. abkühlen lassen, damit die **Füllung** etwas aushärtet.



4. Quiche backen

In der Zwischenzeit den **Paradeiser** 1cm klein würfeln. Die **Jungzwiebel** in feine Röllchen schneiden. Die Blätter der **Petersilie** von den Stängeln zupfen und in sehr feine Streifen schneiden.



5. Salsa vorbereiten

Zum Schluss die **Paradeiser** mit **Jungzwiebeln**, 1EL Olivenöl, 1EL Essig, 1/2TL Salz und Pfeffer zu einer **Salsa** mischen.



6. Salsa fertigstellen

Die **Petersilie** erst kurz vor dem Servieren unter die **Salsa** mischen und diese mit der **Quiche** servieren.