

WDR 2 Jetzt Gote!

Spargel-Salat-Quiche

Von Helmut Gote

Zutaten

Für den Mürbteig

300g Mehl
150g gesalzene Butter
1 gestrichener Teelöffel Backpulver
1 Ei

Für den Belag

1 Pfund weißer Spargel
1 kleiner Kopf Romanasalat
50g sehr fein geriebener Parmesan
150g Schmand, mindestens 10% Fett
3 Eier
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zubereitung

Für den Mürbeteig die kalte Butter in kleine Würfel schneiden. Das Mehl mit dem Backpulver mischen, dann mit den Knethaken des Rührgeräts die Butterwürfel einrühren bis Streusel entstehen. Jetzt das Ei dazu geben und weiter rühren bis sich kurz darauf ein zusammenhängender Teig bildet. Den Teig mit den Händen schnell kurz und kräftig nachkneten, zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie wickeln und im Kühlschrank dreißig Minuten ruhen lassen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Den Spargel gründlich schälen unten das trockene Schnittende knapp abschneiden. Die Stangen längs halbieren und quer in kurze Stücke schneiden. Den Romana putzen, längs halbieren, Strunk heraus schneiden und dann quer in sehr feine Streifen schneiden.

Die Eier mit dem Schmand und dem Parmesan verquirlen, mit etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Muskatnuss abschmecken. Alles in einer Schüssel gründlich mit dem Spargel und dem Salat vermischen.

Den Mürbeteig ausrollen, die gebutterte Form damit auslegen und Spargel und Salat gleichmäßig darauf verteilen, Eiermischung darüber gießen.

Die Quiche in den Backofen schieben, die Temperatur auf 180 Grad verringern und dreißig Minuten backen. Fünf Minuten außerhalb des Ofens ruhen lassen und servieren. *Guten Appetit!*