

Grünkohlquiche

Wir backen eine herzhafte Quiche mit Grünkohl, die an das klassische Eintopfgericht angelehnt ist. Eine knusprige Kartoffelkruste, reichlich Mettwurst und eine cremige Grünkohlfüllung sorgen für echte Gaumenfreuden.



Portionen: 4 - 6
Vorbereitung: 1 h
Zubereitung: 45 min
Zeit gesamt: 1 h 45 min
Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für den Kartoffelboden:

- 750 g mehligkochende Kartoffeln
- 30 g Mehl
- 1 schwach gehäufter TL Salz
- Frisch gemahlener Pfeffer
- Frisch gemahlene Muskatnuss
- 2 EL Sonnenblumenöl zum Bestreichen

Außerdem:

- Etwas weiche Butter für die Form

Zutaten für die Füllung:

- 100 g mittelalter Gouda
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Mettenden
- 2 EL Sonnenblumenöl, aufgeteilt
- 750 g küchenfertiger Grünkohl
- 1 ½ TL Salz, aufgeteilt
- Pfeffer
- 375 g Sahne
- 125 g saure Sahne
- 4 Eier
- 1 EL Speisestärke
- Frisch geriebene Muskatnuss

Besondere Utensilien:

- Küchenreibe
- Tarteform von 26 cm Durchmesser (mit geschlossenem Boden)
- Backpinsel

Zubereitung:

- **Für den Kartoffelboden** den Backofen auf 230 °C vorheizen.
- Kartoffeln schälen, auf der groben Seite der Küchenreibe raspeln und in einem Sieb zehn Minuten ruhen lassen.
- Mehl, Salz, reichlich Pfeffer und eine kräftige Prise Muskatnuss gleichmäßig mischen.
- Die Tarteform dünn mit etwas weicher Butter ausfetten.
- Die Kartoffeln kräftig auspressen und gleichmäßig mit der Mehlmischung vermischen.
- Kartoffelmischung in die Tarteform drücken, sodass sie gleichmäßig ausgekleidet ist. Auch einen Rand formen.
- Im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene 20 Minuten backen.
- Form herausnehmen, die Kartoffelkruste mit dem Sonnenblumenöl bestreichen und weitere 20 Minuten backen.
- In der Zwischenzeit **für die Füllung** den Gouda auf der feinen Seite der Küchenreibe reiben.
- Die Zwiebel schälen und fein hacken.
- Die Knoblauchzehe schälen und ebenfalls fein hacken.
- Die Mettenden längs vierteln und in Stücke schneiden.
- Einen halben Esslöffel Sonnenblumenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Mettenden darin unter Rühren von allen Seiten anbraten.
- Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

- Restliches Sonnenblumenöl in die Pfanne gießen und die Zwiebel darin unter Rühren glasig dünsten. Knoblauch hinzufügen und kurz mit andünsten.
- Den Grünkohl hinzufügen und unter Rühren ein bis zwei Minuten anbraten. 100 Milliliter Wasser in die Pfanne angießen, den Deckel auflegen und den Grünkohl bei mittlerer Hitze zusammenfallen lassen, etwa sechs Minuten.
- Deckel abnehmen, die Hitze hochschalten und die Flüssigkeit in etwa zwei Minuten verkochen lassen.
- Grünkohl mit $\frac{1}{4}$ Teelöffel Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen und auf einer Platte ausbreiten, um ihn etwas abkühlen zu lassen.
- Sahne, saure Sahne, Eier, Speisestärke, restliches Salz, reichlich Pfeffer und eine kräftige Prise Muskatnuss glattrühren.
- Grünkohl und Mettwurst mischen.
- Kartoffelboden aus dem Ofen nehmen und die Temperatur auf 175 °C zurückschalten.
- Grünkohlmischung gleichmäßig auf dem Kartoffelboden verteilen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Die Sahnemischung darüber gießen.
- Auf mittlerer Schiene backen, bis die Füllung fest ist und die Oberfläche appetitlich gebräunt, etwa 45 Minuten.
- Quiche aus dem Ofen nehmen, zehn Minuten ruhen lassen, in zwölf Stücke schneiden und servieren – **Mahlzeit!**