

Hier und heute



Gemüsequiche mit Kohlrabi, Pilzen und Limettencreme

Für Koch Olaf Baumeister ist Sommerzeit Quiche-Zeit. Denn dann gibt es reichlich heimisches Gemüse. Er bereitet seine Quiche auf dem Grill zu.

Gemüsequiche mit Kohlrabi, Pilzen und Limettencreme

Das Rezept

von Olaf Baumeister für eine Quicheform (Durchmesser 26-28 cm)

Zutaten für den Teig

- 250 g Weizenmehl
- 150 g Butter, kalt und in kleinen Würfeln
- 1 Ei
- 5 g Salz
- 30 g Wasser

Zubereitung

Alle Zutaten in einer Schüssel zu einem homogenen Teig verkneten. Abgedeckt mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Anschließend den Teig ausrollen und in eine gebutterte Backform geben. Mit einer Gabel Löcher in den Teig stechen. Dann benötigen Sie weder Backpapier noch müssen Sie blindbacken. Bei kleiner Hitze im Grill mit geschlossenem Deckel 15 Minuten garen, bis der Teig goldbraun ist. Nicht direkt auf die Glut/die Gasflamme stellen, sondern möglichst indirekt grillen, damit der Teig nicht anbrennt. Beim Gasgrill am besten eine Seite komplett ausstellen oder beim Kohlegrill die Glut nur auf eine Seite schieben.

Im Backofen: Teig wie oben beschrieben zubereiten und im Backofen bei 170 Grad 25 Minuten vorbacken.

Zutaten für die Füllung

- 150 g Kohlrabi
- 200 g frische Pilze z. B. Pfifferlinge, Champignons oder Kräuterseitlinge
- 3 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Eier
- 125 g Sahne
- 125 g Crème fraîche
- 2 EL fein gehackte Petersilie
- 50 g geriebener Parmesankäse
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle und frisch geriebene Muskatnuss

Zubereitung

Die Kohlrabi schälen und in feine Stifte schneiden. Die Schalotten in sehr feine Streifen schneiden. Die Knoblauchzehe fein würfeln und mit etwas Salz zu einem Mus zerquetschen. Die Pilze putzen, kurz abbrausen, trockentupfen und in grobe Scheiben schneiden. Dann die Pilze mit etwas Öl in einer Pfanne anschwitzen. Die Schalottenstreifen dazugeben, kurz mitschwitzen. Kohlrabi beifügen und alles kurz anschwitzen und mit Salz und Pfeffer

vorsichtig würzen. Das Gemüse abkühlen lassen und auf dem gebackenen Mürbeteigboden verteilen. Die Sahne mit Crème fraîche, Petersilie, Eiern und Parmesan mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken und über die Gemüsemasse geben. Quiche bei geschlossenem Deckel 30 Minuten garen, bis die Masse gestockt und honigbraun ist. Die Quiche nicht direkt auf die Glut/die Gasflamme stellen, sondern möglichst indirekt garen, damit der Teig von unten nicht anbrennt. Beim Gasgrill am besten eine Seite komplett ausstellen oder beim Kohlegrill die Glut nur auf eine Seite schieben.

Im Backofen gebacken: Quiche bei 180 Grad Ober-/Unterhitze 30 Minuten goldbraun backen, bis die Masse gestockt ist.

Zutaten für die Limettencreme

- 150 g Crème fraîche
- Saft und fein geriebene Schale einer Limette
- Salz

Zubereitung

Crème fraîche mit Limettensaft und Limettenschale mischen. Mit dem Schneebesen glattrühren und mit Salz abschmecken. Zur Quiche servieren.