

Quiche mit Spinat und Speck



© le menu

Aus der Sendung

aldente

ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 40 Minuten

BACKEN: ca. 30 Minuten

FÜR 4 Personen

Springform von ca. 24 cm Ø
 gefettet und bemehlt

200 g Mehl
 100 g Schweineschmalz
 ½ TL Sal des Alpes
 ½ TL Muskatnuss
 1 dl Wasser
 100 g Speckwürfeli
 1 Zwiebel, fein gehackt
 500 g Spinat, grob geschnitten
 4 Eier
 200g Ricotta
 200 g Vacherin fribourgeoise AOP,
 gerieben
 ½ dl Milch
 2 TL Sel des Alpes
 wenig Mustkatnuss
 wenig Cayennepfeffer

ZUBEREITUNG

Mehl, Schmalz und Muskat in einer Schüssel von Hand zu einer gleichmässig krümeligen Masse verreiben. Wasser dazugiessen, rasch zu einem weichen Teig zusammenfügen, nicht kneten. Teig flach drücken, zugedeckt ca. 30 Minuten kühl stellen. Speck in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel und Spinat portionenweise ca. 5 Minuten andämpfen, etwas abkühlen. Eier, Ricotta, Käse und Milch verrühren, würzen, mit dem Spinat mischen. Teig auf wenig Mehl rechteckig auswallen, in die vorbereitete Form legen. Boden mit einer Gabel dicht einstechen. Spinatmasse darauf verteilen.

BACKEN

Auf der untersten Rille des auf 220°C vorgeheizten Ofens ca. 30 Minuten backen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen, aus der Form nehmen.

Tipp

Dazu passt Apfelsalat:

2 Äpfel, in Schnitzen, 1 EL Apelessig, 1 EL Rapsöl, Salz und Pfeffer, alles mischen, dazu servieren.

