



## REZEPT DER WOCHE

# Spinat-Quiche

### Zutaten

250g Mehl  
½ TL Salz  
125g Butter oder Margarine  
6 EL kaltes Wasser  
2 EL Paniermehl  
300-500g Spinat  
2 Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
3 TL Gemüsebrühe  
1 handvoll getrocknete Tomaten  
3 Eier  
125ml Sahne  
150g geriebenen Käse  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung

Zunächst den Teig zubereiten und dafür Mehl, Salz, Butter und Wasser gut verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 min im Kühlschrank ruhen lassen.

Spinat putzen und grob hacken. In einer Pfanne kleingeschnittene Zwiebeln anschwitzen. Den Spinat und gehackte getrocknete Tomaten hinzugeben und alles für einige Minuten dünsten, bis der Spinat zusammenfällt. Knoblauch pressen und hinzugeben, mit Pfeffer und Gemüsebrühe abschmecken. In einer Schüssel Eier und Sahne verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Teig ausrollen und in eine gefettete Springform geben. Am Rand den Teig hochdrücken und in der Mitte mit der Gabel mehrmals einstechen. Im Backofen bei 175 Grad den Teig 10 min vorbacken.

Dann 2 EL Paniermehl auf den Teig streuen. Flüssigkeit aus der Spinatmasse ausdrücken und dann auf dem Teig verteilen. Anschließend den Käse darüberstreuen und zum Schluss die Eiermasse darübergießen. Die Quiche bei 175 Grad für 35-40 Minuten backen.