



# Spargel-Rhabarber-Quiche

## Zutaten für 4 Personen

### Boden

- › 275 g Mehl (gemischt Weiss- und Vollkornmehl)
- › 125 g Butter
- › 350 g rohe Randen
- › 3 EL Milch

### Quiche

- › 1 dl Rahm
- › 1 Ei
- › 200g Hüttenkäse
- › 300g Rhabarber
- › 250g grüne Spargel
- › 2 EL Zucker
- › Salz
- › wenig Pfeffer

## **Zubereitung**

### **Für den Boden**

Mehl und Salz in Schüssel geben und mischen. Butter kalt und in kleinen Stücken begeben und von Hand zu einer gleichmässig krümeligen Masse verreiben. Wasser dazugeben und zu einem Teig vermengen. Den flachgedrückten Teig für ca. 30 Minuten ins Kühle stellen.

Den Teig auf Mehl auswallen, in das vorbereitete Blech legen und leicht andrücken. Mit einer Gabel den Boden dicht einstechen. Nun den Teig für ca. 18 Minuten und bei 220 °C (Ober- und Unterhitze) in den vorgeheizten Backofen geben. Anschliessend den Teig herausnehmen und ein wenig abkühlen lassen.

### **Für die Quiche**

Den Rhabarber und den Spargel in beliebig kleine Stücke schneiden. Den Rhabarber mit Zucker mischen. Hüttenkäse, Rahm und Ei in einen Behälter geben, verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Den fertigen Guss über den Teigboden giessen und verteilen. Abschliessend den Rhabarber und den Spargel auf den Guss legen und die Quiche für ca. 35 Min. bei 200 °C (Ober- und Unterhitze) in den unteren teil des Ofens schieben.

## **Unser Tipp**

Eine Quiche ist unabhängig von der Jahreszeit, denn das Grundrezept besteht aus dem Boden und einem Guss. Somit können saisonales Gemüse, Früchte oder auch das ein oder andere Fleisch miteinander kombinieren und ein leckeres Essen daraus gezaubert werden.