Quiche mit Spinat, Feta, Tomaten, Pinienkernen

Zutaten für 1 Form 28cm

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Menu: 7.02.2024

Creation: Ruedi Wegmann

Zutaten:

275 g Blätterteig 450 g Spinat, TK 1 kleine Zwiebel 40 g Pinienkerne 10 Cocktailtomaten 3 Eier 2 Knoblauchzehen Salz Pfeffer Muskat 200 g Feta-Käse

ZUBEREITUNG

- 1 Quicheform mit Butter ausfetten, mit dem Blätterteig auslegen, mehrmals mit Gabel einstechen, in Kühlschrank stellen.
- 2 Ofen auf 180 ° C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 3 In beschichteter Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und zuerst die Pinienkerne leicht anrösten, beiseite legen.
- 4 Gehackte Zwiebel glasig dünsten, Den Spinat hinzufügen, die Knoblauchzehen hinzupressen und bei kleiner Hitze auftauen lassen. Möglichst wenig Wasser ziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig abschmecken.
- 5 Den Feta in kleine Würfel schneiden und mit den verquirlten Eiern man kann etwas Rahm hinzufügen dem Reibkäse und den Pinienkernen mischen. Leicht würzen.
- 6 Den Spinat in die mit Blätterteig ausgelegte Form geben und die Eier-Feta-Pinienkern Mischung darüber schütten und gut glatt streichen. Am Schluss die halbierten Cocktailtomaten in die Mischung drücken.

7 In der Ofenmitte ca. 45 Minuten backen. Am Ende Umluft anschalten, so wird die Quiche schön goldbraun.

1/1