

Quiche mit Spinat, Feta, Tomaten, Pinienkernen

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.