

Weißkohlquiche mit Mett bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

200 gr Dinkelmehl, 100 gr Butter, 4 Eier, 1 Weißkohl (ca. 800 gr), 1 große Zwiebel, 1 Esslöffel Öl, 500 gr Zwiebelmett, 1 Esslöffel Kümmel, 150 gr Crème fraîche, 1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer.

Die Vorbereitungen:

Das Mehl in eine Schüssel füllen, die Butter kleinwürfeln und mit einem Ei und einer Prise Salz zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Zugedeckt 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Weißkohl vierteln, den Strunk herauschneiden und die Weißkohlviertel in feine Streifen hobeln. Die Weißkohlstreifen waschen und in einem Sieb gut abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen und fein hacken.

Die Zubereitung:

In einem breiten Topf das Öl erhitzen, die Zwiebeln darin andünsten. Das Zwiebelmett mit anbraten. Den Weißkohl untermischen und alles 15 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und den Topf vom Herd nehmen. (Wer nachher nicht auf den Kümmel beißen möchte, kann ihn auch in einem Teeei mitkochen).

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Eine 26cm Springform einfetten. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwa in der Größe der Form ausrollen, in die Form legen und einen etwa 3 cm hohen Rand hochdrücken.

Die restlichen Eier und die Crème fraîche unter den Weißkohl rühren und auf dem Teig verteilen.

Die Quiche im Backofen (Mitte, Umluftherd 180°) etwa 40 Min. backen.