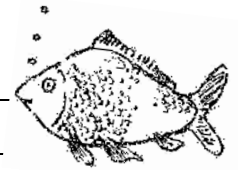
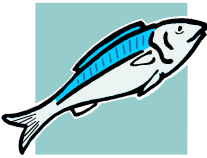


Februar 2015

Spinat-Lachs-Quiche



Zutaten:	Zubereitung:
Ein rundes Backblech bereitstellen	
Mürbeteig: 250 g Mehl 125 g Butter 50 ml Wasser ½ TL Salz	mit dem Handrührgerät (Knethaken) oder mit der Küchenmaschine zu einem Mürbeteig verarbeiten
Mürbeteig direkt auf dem Springformboden oder zwischen zwei Lagen Plastikfolie (aufgeschnittene Gefrierbeutel) auswellen und auf den Boden legen, dabei einen ca. 4 cm hohen Rand stehen lassen.	
Belag: 200 g Räucherlachs	in Streifen schneiden, auf dem Boden verteilen
200 g Tiefkühlspinat Minis	über den Lachs geben
100 g geriebener Emmentaler Käse	über Lachs und Spinat streuen
3 Eier 1 Becher Sauerrahm 1 Becher Sahne 1 TL Speisestärke 3 EL Schnittlauch; fein geschnitten 1 Prise Salz, Pfeffer, Muskat	 miteinander verrühren und auf die Quiche gießen.
Bei 180° C 30 - 40 Minuten backen.	