

# Spinatquiche

## Zutaten:

Mürbeteig:

200 g Mehl

100 g Butter

1 Ei

1 Prise Salz

Butter für die Form

Füllung:

2 Zwiebeln

20 g Butter oder Butterschmalz

400 g Blattspinat

2 Prisen Salz und Pfeffer

2 Eier

100 g Saure Sahne oder Creme fraiche

100 g süße Sahne

Optional:

100 g geriebener Käse

20 g Pinien- oder

Sonnenblumenkerne

## Zubereitung:

Für den Mürbeteig die Zutaten zu einem glatten Teig verkneten und 30 Minuten in Frischhaltefolie im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Teig gleichmäßig ausrollen und in die gefettete Quicheform geben. Mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Die Zwiebeln schälen und fein hacken. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Zwiebeln darin glasig andünsten.

Den Blattspinat waschen, gut abtropfen lassen und klein schneiden. Diesen in die Pfanne zu den Zwiebeln geben und nur so lange mitdünsten bis er zusammen fällt. Anschließend in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Die restlichen Zutaten für die Füllung in einer zweiten Schüssel aufschlagen.

Anschließend mit dem Spinat vermengen und in die Quiche geben. Mit Käse und Kernen bestreuen und im Backofen bei 180 °C 30-40 Minuten backen.

Guten Appetit!



Obsthof Großmonra

Steffen Schneider | Kirchstr. 28 | 99625 Köllda OT Großmonra  
Telefon: 015755179088 | E-mail: info@obsthof-grossmonra.de