

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Porree-Möhren-Quiche

Zutaten: 200 g Mehl (z.B. Dinkelvollkornmehl), 100 g würzigen Käse, 150 g Lauch, 100 g Möhren, 1 Zwiebel, 100 g gewürfelter Schinken (oder Salami), 3 Eier, 200 g süße Sahne, 200 g Schmand (oder Saure Sahne), Salz, Pfeffer, Paprika

Zubereitung: Lauch, Möhren und Zwiebeln waschen und in kleine Stücke schneiden. Das Gemüse mit dem Mehl, dem Schinken und dem geriebenen Käse vermischen.

Die Eier verquirlen und mit der Sahne und den Gewürzen mischen.

Alle Zutaten in eine gefettete Form füllen (26-er) und bei 200°C

30 bis 40 Minuten backen.

Guten Appetit wünscht ihr **Gemüsebringt's**-Team
www.gemuese-bringts.com