

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

ES krautet !!! Sauerkraut - Quiche

Zutaten Teig: 200 gr. Vollkornmehl, 90 gr. Butter,
2-3 Eßl. Eiswasser, 2 Teel. Curry, 1 Ei

Zuerst wird von allen Zutaten ein Teig erstellt. Dann wird der Teig in eine Form gegeben und kalt gestellt.

Zutaten Belag: 500 gr. Sauerkraut, ca. 2 Äpfel,
geriebener Ingwer, 2 Becher Sahne, 2 Eier
Knoblauch, Curry, Pfeffer, Salz und evtl.
etwas geriebenen Käse.

Zuerst muss das Sauerkraut abtropfen. In der Zwischenzeit werden die Äpfel gewürfelt und mit dem Sauerkraut und den anderen Zutaten vermengt. Alles in die vorbereitete Form geben, und ab damit in den 180 Grad vor geheizten Backofen. Ca. 1 Stunde

Dieses Gericht eignet sich für eine Party, da es auch kalt sehr gut schmeckt.

Guten Appetit wünscht ihr **GEMÜSE BRINGT'S**-Team!
www.gemuese-bringt.com, Tel. 02525-2560 (Telefonzeiten Di. und Do. 9 - 12 Uhr)