

Die HITRADIO RTL Mitkoch-Show

Sendung vom 22.03.2015



Quiche Lorraine



Zutaten für 4 Personen

Für den Teig

300 g Roggenmehl
150 g Butter (Zimmertemp.)
1 EL Olivenöl
1 Ei
Muskat
Prise Salz

Für die Füllung

1 Stange Lauch
1 Zwiebel
100 g Speckwürfel
100 g Saure Sahne
100 ml Schlagsahne
100 ml Milch
Olivenöl
2 Eier
Muskat
Salz, Pfeffer

Kochutensilien

Schüssel
Pfanne
Messbecher
Tarteform
Nudelholz
Mixer
Klarsichtfolie
Schneidebrett
scharfe Messer

Tipp

Vor dem Anschneiden sollte man der Quiche eine kurze Ruhepause gönnen. Erst dann verbinden sich Boden und Belag optimal und der Teig bröckelt nicht.

Lothringer Kuchen

Quiche Lorraine ist ein berühmtes Gericht aus Lothringen in Frankreich.

Das französische Wort „Quiche“ stammt vom elsässischen „Kichel“ ab und bedeutet Kuchen.

Ursprünglich wurde die Quiche Lorraine aus Brotteig zubereitet. Erst viel später wurde sie mit Mürbeteig gemacht.

Der herzhafteste Kuchen wird mit einer Mischung aus Milch, Sahne, Eiern, Speck und Käse gefüllt und im Ofen goldgelb gebacken.

Quiches können in allen Variationen ja nach Geschmack zubereitet werden. Beim Belag sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.

Die HITRADIO RTL Mitkoch-Show

Sendung vom 22.03.2015



Quiche Lorraine



Zubereitung

Für den Teig alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten.



Das Ganze zu einem flachen Fladen formen, in Folie wickeln und mindestens 30 Minuten in den Kühlschrank legen.



Während der Ruhezeit den Lauch putzen, längs halbieren und in feine Streifen schneiden.

Zwiebel schälen und ebenfalls in feine Streifen schneiden.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur mit Olivenöl erhitzen,

Zwiebel, Lauch und Speck hineingeben, mit Salz würzen und anschwitzen.



Ofen auf 180 Grad (Heißluft oder Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Saure Sahne, Schlagsahne, Milch und Eier mixen und mit Salz, Pfeffer und Muskat leicht überwürzen.

Die Tarteform mit flüssiger Butter einfetten.

Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem etwa 3 mm dicken Kreis von etwa 30 cm Durchmesser ausrollen.



Teigfladen in die Form legen, einen Rand formen und den überstehenden Teig entfernen.

Die Zwiebel-Lauch-Speck-Masse auf die Tarte geben und mit der Sauce aufgießen, bis alles bedeckt ist.



Die Quiche in Ofen geben.

Nach ca. 40 Minuten aus dem Ofen herausholen und abkühlen lassen.

Unser Serviervorschlag: Wildkräutersalat, Dip und Cidre.



Bon appetit!