

# 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!