

REZEPT QUICHE MIT PILZEN UND HÜHNCHEN

(für 4 Personen)



Zutaten für den Teig:

200 g Dinkelmehl
100 g kalte Butter
1 Ei
Eine Prise Salz

Zutaten für die Füllung:

200 g Hähnchenbrustfilet, in kleine Stücke geschnitten
200 g Champignons oder andere Pilze, in Scheiben
1 Zwiebel, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
3 Eier
150 ml Sahne oder pflanzliche Alternative
100 g geriebener Käse (z.B. Emmentaler)
1 EL Ghee
Salz, Pfeffer und Muskatnuss nach Geschmack
Frische Kräuter wie Petersilie oder Thymian

Zubereitung:

1. Teig zubereiten: Mehl, kalte Butter, Ei und Salz zu einem Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und für 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Füllung vorbereiten: Ghee in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenbruststücke goldbraun anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen. Dann die Zwiebeln und den Knoblauch anbraten. Die Pilze hinzufügen und so lange braten, bis sie Wasser ziehen und dieses wieder verdampft ist. Das Hähnchen zurück in die Pfanne geben, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Alles gut vermengen.
3. Guss zubereiten: Eier, Sahne und geriebenen Käse in einer Schüssel gut verrühren und ebenfalls mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.
4. Quiche zusammenstellen: Den Teig ausrollen und in eine gefettete Quicheform legen. Mit einer Gabel mehrmals einstechen. Die Hähnchen-Pilz-Mischung gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Den Eier-Sahne-Guss darüber gießen.
5. Backen: Die Quiche im vorgeheizten Ofen bei 180°C (Umluft) ca. 30-35 Minuten backen, bis sie goldbraun ist.