

Staudensellerie-Quiche

Zutaten (für 2 bis 3 Personen):

500 g Staudensellerie (geputzt gewogen)
150 g frische braune Champignons
2 kleine oder 1 mittlere Zwiebel, in Würfel geschnitten
3 Zehen Knoblauch, in Würfel geschnitten
100 g magere Schinkenwürfel
1 EL Butter
1 EL Olivenöl
zirka 4 TL Streuwürze
3 TL Pul Biber (türkische scharfe Paprikaflocken)
schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
300 ml Sahne zum Kochen mit 15% Fett
3 Eier
150 g geriebener Käse (z.B. herzhafter Gouda)

Für den Quiche-Teig:

240 g Mehl
1 TL Backpulver
1 TL Salz
80 ml Öl
80 ml warmes Wasser

Zubereitung

- **der Quiche-Füllung:**

Die Staudensellerie putzen und in schmale Streifen von zirka 1 cm schneiden. Den oberen breiteren Teil der Stangen eventuell halbieren. Schönes Grün mitverwerten und ebenfalls in Streifen schneiden. In einem Topf mit großem Durchmesser (oder in einer tiefen Pfanne mit Deckel) die Butter zusammen mit dem Olivenöl erhitzen. Die Zwiebel- und Knoblauchwürfel glasig dünsten, die mageren Schinkenwürfel hinzugeben und unterrühren. Die Champignons halbieren, in nicht zu schmale Scheiben schneiden (kleine Champignons vierteln) und dazugeben. 1-2 Minuten mitdünsten. Dann die in Scheiben geschnittenen Staudensellerie hinzugeben, gut unterrühren. Dabei mit Streuwürze, Pul Biber und frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer würzen. Das Gemüse zugedeckt zirka 15 Minuten bißfest dünsten. Die verbliebene Flüssigkeit abgießen, und die Masse abkühlen lassen.

- **des Quiche-Teigs:**

Aus den Zutaten einen Teig kneten und diesen auf wenig Mehl dünn ausrollen. In die gebutterte Springform (26 cm Durchmesser) legen, mit den Fingern den Teig weiter zum Rand drücken und einen 2 cm hohen Rand formen. Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Fertigstellung der Quiche:

Die Sahne mit den Eiern vermischen. Würzen mit Streuwürze und Pfeffer. Die Hälfte des geriebenen Käses untermischen.