

# ZUCCHINI-QUICHE MIT ZWIEBELMARMELADE (VEGETARISCH)

(Für 4 Personen bzw. für 1 Tarteform, ca. 10 x 30 cm)

Zubereitungszeit: 40 min  
 Backen ca.: 40 min  
 Kühlen ca.: 30 min  
 Schwierigkeitsgrad: leicht

## Zutaten

### Für den Teig

150 g Mehl  
 100 g Dinkelvollkornmehl  
 1 Prise Salz  
 150 g kalte Butter  
 1 Ei  
 weiche Butter, für die Form  
 Mehl, für die Arbeitsfläche

### Für den Belag

4 Zucchini  
 1 Knoblauchzehe  
 1 EL Rapsöl  
 250 g Ricotta  
 150 ml Sahne  
 3 Eier  
 1 EL frisch gehackte Minze



Bildnummer: 60243749

75 g frisch geriebener Käse, z. B. Parmesan  
 Salz  
 Pfeffer, aus der Mühle  
 Muskat  
 2 - 3 EL rote Zwiebelmarmelade  
 junge Rügenblätter, zum Bestreuen

## Zubereitung

Beide Mehle mit dem Salz mischen und auf eine Arbeitsfläche häufeln. In die Mitte eine Mulde drücken, die Butter in Flöckchen um die Mulde herum verteilen und das Ei in die Mitte schlagen. Mit einem Messer alle Zutaten krümelig zerhacken und mit den Händen rasch zu einem glatten Teig verarbeiten. Zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie gewickelt ca. 30 Minuten in den Kühlschrank legen.

Den Backofen auf 200°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine eckige Tarteform ausbuttern.

Die Zucchini waschen, putzen und grob raspeln. Den Knoblauch schälen und fein hacken. In heißem Öl kurz anschwitzen, den Zucchini untermengen und 2-3 Minuten anschwitzen, bis keine Flüssigkeit mehr in der Pfanne ist. Vom Herd nehmen und ein wenig abkühlen lassen.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwas größer als die Form auswellen, die gebutterte Tarteform damit auskleiden und dabei einen Rand hochziehen. Die Zucchiniraspel in der Backform verteilen. Den Ricotta, Sahne, Eier, Minze und geriebenen Parmesan vermengen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Über den Zucchini verteilen im vorgeheizten Backofen ca. 40 Minuten goldgelb backen. Herausnehmen, einige Kleckse Zwiebelmarmelade darauf setzen und mit Rügenblättern bestreut servieren.

Weitere Informationen finden Sie auf der nächsten Seite.

## Lagertipps

Der Mürbteig kann schon einige Tage vorher zubereitet werden und hält sich im Kühlschrank etwa 1 Woche. Vor der Verarbeitung dann etwa 15 Minuten Zimmertemperatur annehmen lassen, so lässt der Teig sich leichter ausrollen.

## Rezeptvariation

Statt Zwiebelmarmelade passt auch Mangochutney gut.

## Nährwerte pro Portion

Brennwert: 933 kcal | 3903 kj