

Kürbis-Quiche

Zutaten:
100 g kalte ANDECHSER NATUR Bio-Almbutter
200 g Mehl
70 ml kaltes Wasser
½ TL Salz
1 Hokkaido-Kürbis (etwa 700 g)
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
3 Eier
150 g ANDECHSER NATUR Bio-Frischkäse mit Joghurt
100 ml ANDECHSER NATUR Bio-Schlagsahne
150 g ANDECHSER NATUR Bio-Reibekäse
1 TL Salz
etwas Pfeffer und geriebener Muskat
30 g Kürbiskerne

So geht's

1. Für den Teig Butter, Mehl, Wasser und Salz zügig und grob zu einem nicht ganz homogenen Teig verarbeiten. Diesen 30 Minuten kühlstellen.

2. Den Kürbis waschen, vierteln, entkernen und etwa dreiviertel davon mit einer groben Reibe klein raspeln. Den Rest in sehr kleine Würfel schneiden.

3. Die Zwiebel abziehen, fein Würfeln und in etwas Öl andünsten. Den Knoblauch ebenfalls abziehen und hinzu pressen. Die Kürbisraspel und -würfel dazu geben und 5-10 Minuten anbraten. Anschließend abkühlen lassen.

4. Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

5. Eier, **ANDECHSER NATUR Bio-Frischkäse** und Sahne verquirlen. Den **ANDECHSER NATUR Bio-Reibekäse** und die Kürbismasse unterheben und alles gut würzen.

6. Den Teig ausrollen und in eine leicht eingefettete Tarteform (ca. 25 cm) legen, am Rand hochziehen. Mit einer Gabel den Boden leicht einstechen.

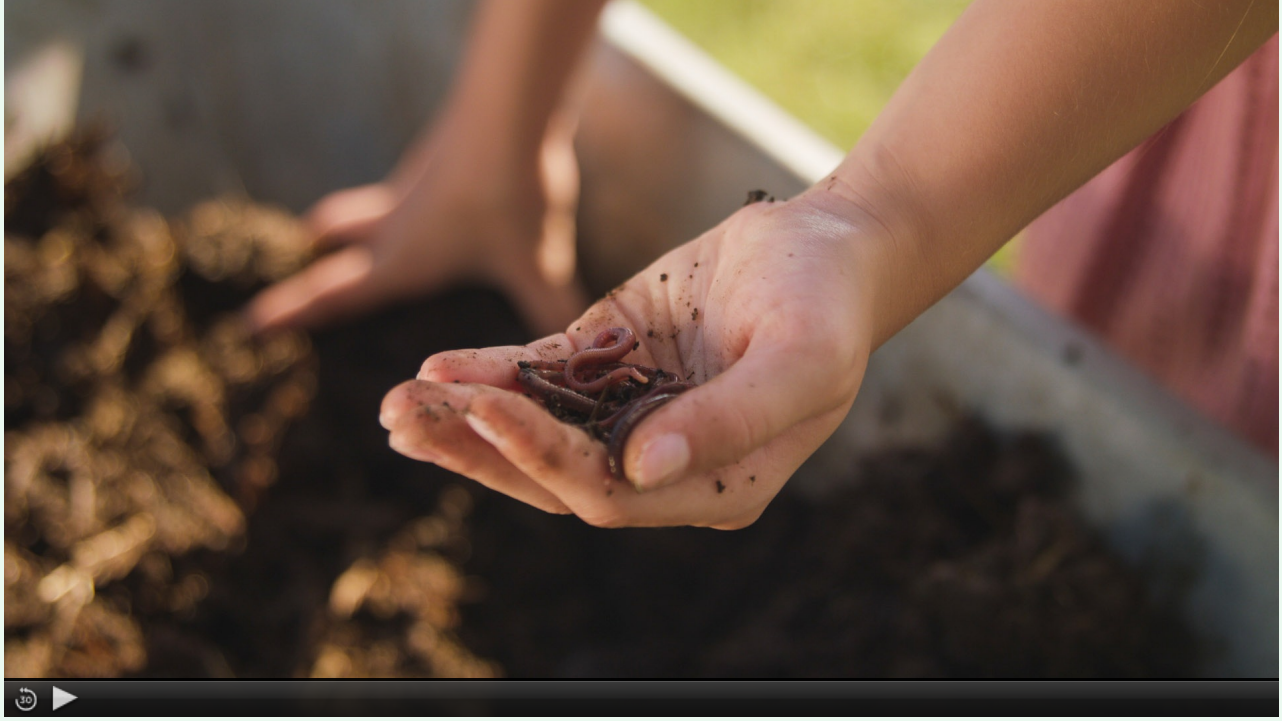
7. Die Füllung auf den Teig geben und glattstreichen.

Der ANDECHSER NATUR Bio-Standard

Was gehört zu einer artgerechten Tierhaltung?



Warum ist ein gesunder Boden so wichtig?



Wie funktioniert Humusaufbau mit Mikroorganismen?



Was ist muttergebundene Kälberaufzucht?

