

## Schinken -Lauch-Paprika-Quiche

Rezept von Birgit Günther, Konditormeisterin „Backleidenschaft“ in Alsfeld

Rezept für zwei Springformen mit 26er Durchmesser

### **Zutaten Teig:**

- 300 g Mehl
- 100 g Butter, kalt, in Flöckchen
- 100 ml Wasser, kalt
- 1 EL Essig
- Salz
- 2 EL Öl von den getrockneten Tomaten

### **Zubereitung Teig:**

Das Mehl in eine Schüssel füllen und mit Salz mischen. Die Butter in Flöckchen dazugeben und mit dem Knethaken unterarbeiten. Wasser, Öl und Essig mischen und auf die Mehl-Butter-Mischung geben. Alles schnell mit den Händen zu einem glatten Teig kneten. Den Teig abgedeckt im Kühlschrank circa ½ Stunde ruhen lassen.

### **Zutaten Füllung:**

- 1 große Lauchstange, das Weiße und das Hellgrüne davon
- 2 Paprikaschoten rot, gewürfelt
- 1 große Zwiebel, gewürfelt
- 10 eingelegte Tomaten, gewürfelt
- 50 g Sonnenblumenkerne, geröstet
- 250 g Schinken, gewürfelt
- 4 Eier
- 250 g Saure Sahne
- Kräuter
- 2 EL Öl, von den Tomaten
- 175 g Käse, gerieben
- Salz, Pfeffer,
- 2 EL Öl, zum Braten

**Zubereitung Füllung:**

Das Lauch waschen, putzen und längs vierteln. Anschließend in dünne Scheiben schneiden. In einer großen Pfanne Öl erhitzen. Die Zwiebeln darin anschwitzen, aber nicht bräunen. Den Paprika, das Lauch und das Öl von den eingelegten Tomaten zugeben und etwa fünf Minuten dünsten. Danach gewürfelten Tomaten und die Schinkenwürfel unterrühren. Anschließend weitere fünf Minuten dünsten.

Die Pfanne von der Herdplatte nehmen und die Sonnenblumenkerne untermischen und abkühlen lassen.

Die Eier verquirlen und mit der sauren Sahne glattrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüse mit der Eiermischung verrühren und den geriebenen Käse untermischen. Die Füllung in die mit dem Teig ausgelegte Backform füllen und glattstreichen. Im Backofen bei 180° C Umluft etwa 45 Minuten backen, bis die Füllung gestockt und gebräunt ist.