

Herzhafte Sauerkraut-Quiche mit Kasseler

Zutaten für 8 Stücke

1 Dose Mildessa Mildes Weinsauerkraut (850 ml, 6 Portionen)
1 Packung fertiger Quiche-Teig aus dem Kühlregal (circa 400 g), alternativ: Pizzateig
200 g Kasseler (Scheiben ohne Knochen)
2 Lauchzwiebeln
400 g Schmand
6 Eier
2 Prisen Kümmel, gemahlen
2 EL gehackte Petersilie
etwas Fett für die Form, Salz und Pfeffer



Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Garzeit: ca. 45-50 Minuten

Nährwerte pro Portion

385 kcal/ 1613 kJ, Eiweiß: 16,6 g, Fett: 23,4 g, Kohlenhydrate: 25,4 g

Zubereitung:

Schritt 1: Der Anfang

Legen Sie Boden und Rand einer gefetteten Quiche- oder Springform (Durchmesser 28 cm oder eine rechteckige Form ca. 20 x 30 cm) mit dem ausgerollten Teig aus.

Schritt 2: Die Zutaten vorbereiten

Schneiden Sie das Kasseler in feine Streifen. Putzen Sie die Lauchzwiebeln und schneiden sie in Ringe. Lassen Sie das Sauerkraut abtropfen und drücken Sie es gut aus. Mischen Sie es mit den Kasselerstreifen und den Lauchzwiebelringen. Verteilen Sie alles auf dem Teig.

Schritt 3: Die Quiche fertig stellen und backen

Verquirlen Sie den Schmand mit den Eiern, würzen Sie mit Salz, Pfeffer und Kümmel und geben alles über die Sauerkraut-Kasseler-Mischung. Stellen Sie die Quiche in den vorgeheizten Backofen und backen Sie sie bei 200 °C (180 °C Umluft) für 45–50 Minuten, bis sie goldbraun ist.

Schritt 4: Der letzte Schliff

Bestreuen Sie die Quiche mit der gehackten Petersilie und servieren Sie sie sofort.

Verwendete Produkte:

