

REZEPT

Spinat Lachs Quiche



Eine Flache Form mit Butterteig auslegen.

Den Ofen auf 180 °C vorheizen.

Einen halben Becher Sauerrahm mit 100 ml Obers und 4 Eiern verrühren. Salzen und pfeffern, klein geschnittene Kräuter dazugeben und glattrühren.

Den Spinat waschen, die Stängel wegschneiden und 2-3-mal durchschneiden. Frühlingszwiebel fein hacken.

Den Lachs in kleine Stücke schneiden. In einer Pfanne den Lachs ein paar Minuten anbraten. Die Frühlingszwiebel und den Spinat noch kurz dazugeben bis der Spinat zusammengefallen ist. Salzen und pfeffern.

Den Lachs mit Spinat in der vorbereiteten Form verteilen. Mit dem Sauerrahm übergießen. Eventuell noch Schafskäse darüber bröseln.

Bei 180°C Ober und Unterhitze ca. 25 min goldgelb backen.

Dazu passt Grüner Salat mit Honig Senf Dressing.

GUTEN APPETIT!