

Süßkartoffel-Quiche

Für 2 Personen:

1 Quiche-Tarte Teig	400 g Süßkartoffeln	150 g Kirschtomaten
1 Porree	2 Eier	100 ml Sahne
0,5 Bund Thymian	150 g Fetakäse	1 EL Butter
1 TL Salz		

Zunächst den Lauch halbieren, auswaschen und dann runterschneiden.

Den geschnittenen Lauch in einer Pfanne mit Butter ca.

2-3 Minuten glasig dünsten.

Die Süßkartoffel schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden.

Die Kirschtomaten vierteln.

Nun die Süßkartoffeln, die Tomaten, gezupften Thymian und den Lauch zusammen in eine Schüssel geben und den Fetakäse drüber bröseln. Sahne drüber gießen, Eier hineinschlagen und ein TL Salz mit dazugeben. Alles geschmeidig vermengen.

Die Quiche Form mit Butter einreiben. Den Quiche Teig in die Form legen und leicht andrücken, mit einer Gabel einstechen Die Füllung nun in die Form geben und gut verteilen Nun die Quiche bei 170°C Umluft 35 Minuten im Ofen backen lassen und zum Schluss noch mal zehn Minuten bei 200 °C Oberhitze.

Mindestens zehn Minuten auskühlen lassen

Steffen Henssler am 30. Oktober 2020