

# Hier und heute

## **Herbstliche Quiche mit Birnen und Schnittlauchquark**

Lars Middendorf lässt sich bei diesem Gericht von einer klassischen Quiche seiner Mutter inspirieren. Seine herbstliche Variante mit Zwiebeln, Speck, Birnen und Nüssen lässt sich schnell und einfach vorbereiten. Mit saisonalen Zutaten aus der Region bleibt es außerdem günstig.

Lars Middendorf kombiniert herzhaften Speck und Zwiebeln mit der Süße der Birnen. Birnen sind nicht so säurehaltig wie Äpfel, das macht sie leichter verträglich. Seine herbstliche Quiche ist lecker, preiswert, aber ganz und gar nicht eintönig.

## **Rezept**

### **Zutaten für den Mürbeteig**

- 175 g kalte Butter in Würfel geschnitten
- 250 g Mehl
- 1 Ei
- ½ TL Salz

### **Zubereitung**

Der Mürbeteig sollte kalt geknetet werden. Dazu am besten die Hände unter kaltes Wasser halten. Alle Zutaten in eine Schüssel geben die kalte Butter hineinarbeiten, bis ein mürber Teig entsteht. Diesen in Frischhaltefolie einschlagen und im Kühlschrank für eine halbe Stunde durchkühlen lassen.

Den Teig nun aus dem Kühlschrank nehmen und zwischen Backpapier dünn ausrollen. Dann in eine runde Springform geben und mit einer Gabel den Boden einstechen, damit dieser nicht aufgeht.

Den Mürbeteig auch mit ein paar Linsen oder Erbsen blindbacken, ihn also ausbacken, bevor er befüllt wird. So kann er nicht durchweichen.

### **Zutaten für die Füllung**

- 10 Zwiebeln
- 10 Scheiben geräucherter Speck
- 2 Birnen
- 1 EL Sonnenblumenöl
- Salz, Pfeffer

### **Tipps**

Die Zwiebeln können auch durch Schalotten ersetzt werden. Diese schmecken etwas feiner, sind aber auch deutlich teurer.

Es gibt mehrere Hundert Sorten von Birnen, die sich in Geschmack und Fruchtfleischkonsistenz unterscheiden. Am häufigsten findet man die Sorten Alexander Lucas, Conference und Williams Christ.

### **Zubereitung**

Zunächst die Zwiebeln schälen und Julienne (also feine Scheiben) schneiden. In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Zwiebeln darin leicht anbraten. Den Speck in Streifen schneiden und ebenfalls zu den Zwiebeln geben.

Beides zusammen für ca. zwei Minuten anbraten, währenddessen die Birnen schälen und in kleine Würfel schneiden.

# Hier und heute

Die Birnenwürfel ebenfalls in die Pfanne geben, alles mit Salz und Pfeffer würzen und noch einmal durchschwenken. Dann die Pfanne vom Herd nehmen und die Quiche-Füllung nun etwas abkühlen lassen.

Dann auf dem vorgebackenen Mürbteig verteilen und für zwei Minuten bei 190°C backen.

## Zutaten für die Ei-Masse

- 4 Eier
- 100 Gramm alter Gouda
- 100 ml Sahne
- 1 TL Salz
- Salz, Pfeffer

## Zubereitung

Alle Zutaten in einem Mixbecher mit einem Pürierstab fein pürieren. Den Mürbeteig mit der Füllung nach den zwei Minuten aus dem Ofen nehmen und die Ei-Masse über der Füllung verteilen.

Alles zurück in den Ofen geben und bei 170°C für ca. 20 Minuten goldbraun und gar backen – die Ei-Masse soll gestockt sein. Dann aus dem Ofen nehmen, für ca. zwei Minuten auskühlen lassen. Jetzt aus der Form nehmen und in acht Stücke aufschneiden. Auf einem Teller mit dem Schnittlauchquark anrichten.

## Zutaten für den Schnittlauchquark

- 180 Gramm Quark
- 2 EL Crème fraîche
- 1 Bund Schnittlauch
- Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Den Schnittlauch waschen und in feine Ringe schneiden. Dann den Quark und die Crème fraîche in eine Schüssel geben. Mit einem Schneebesen verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Schnittlauch unter den Quark heben und den fertigen Quark später mit der warmen Quiche servieren.

## Tipp

Zur Quiche passt sehr gut ein leckerer Federweißer.