Mein Lieblingsrezept

Betkin Goethals: Quiche
„Ich habe es gefunden auf Sizilien, in unserem Ferienhaus im Bücherschrank, in einem Roman. Die Autorin schreibt über ihre Mutter, über das Essen und die Rezepte schrieb sie gleich mit dazu. Ich schrieb sie ab und nahm sie mit nach Hause. Dieses Rezept einer Quiche, begleitet mich seit Jahren, bzw. ich backe sie inzwischen in verschiedensten Variationen. Das gleiche ist aber immer der Teig für den Boden und der Guss, der wiederum mit Variationen an Käse oder Gewürze."

Der Boden
300 g Mehl (Dinkel)
150 g Butter,
Salz
70 ml kaltes Wasser

Der Belag
400 g Zucchini
100 g Speck (ich nehme getrocknete Tomaten)
150 g mittelalter Toma (ich nehme Schafskäse)
3 Eier
100 ml Sahne
100 ml Milch
30 g Parmesan

Zucchini waschen und in feine Scheiben schneiden, in Olivenöl kurz anbraten.
Mit Speck oder getr. Tomaten vermischen, auf den Boden verteilen und die Sahne/Eiermischung gleichmäßig darüber verteilen. Den Schafskäse darüber bröseln.

In eine Quiche - oder Backform.
Bei 180° für 40-45 Minuten backen.

Buon Appetito!

Herzliche Grüße, Betkin