

Fenchel-Lachs-Quiche

Für die Quicheform (Ø 28-30 cm):
etwas Fett

Knetteig:

175 g Weizenmehl
1 gestr. TL Dr. Oetker Original Backin
1/2 TL Salz
1 Be. Dr. Oetker Crème fraîche Kräuter (125 g)
75 g weiche Butter

Belag:

250 g tiefgekühltes Lachsfilet
350 g Fenchelknollen

Guss:

250 g Ricotta (ital. Frischkäse)
1 Be. Dr. Oetker Crème fraîche Classic (150 g)
2 Eier (Größe M)
2 TL Senf, z. B. Dijon-Senf
3 TL Honig
1 geh. EL Dr. Oetker Gustin Feine Speisestärke
2 EL gehackter Dill
etwas Zitronensaft
Salz
gemahlener Pfeffer



etwa 12 Stück



etwas Übung erforderlich



bis 40 Min.
ohne Stand-, Back- und Kühlzeit

Tipps:

- Wenn Sie keine Quicheform haben, können Sie die Quiche auch in einer Springform (Ø 26 cm) zubereiten. Dann aus 1/3 Teig eine Rolle für den Rand (etwa 3 cm) formen.

1. Vorbereiten: Lachs nach Packungsanleitung auftauen lassen. Quicheform fetten. Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze: etwa 200°C

Heißluft: etwa 180°C

2. Knetteig: Mehl und Backin in einer Rührschüssel mischen. Übrige Zutaten hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) zunächst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe zu einem Teig verarbeiten. Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche zu einer runden Platte (Ø 30-32 cm) ausrollen und die Quicheform damit auslegen. Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen. Form auf dem Rost auf mittlerer Einschubleiste in den Backofen schieben und vorbacken.

Backzeit: etwa 20 Min.

3. Belag: Fenchelknollen putzen und in dünne Streifen schneiden. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Fenchelstreifen etwa 3 Min. darin blanchieren. Anschließend auf einem Sieb abtropfen lassen. Lachs in kleine Würfel schneiden.

4. Guss: Alle Zutaten miteinander verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Lachswürfel und Fenchelstreifen unterheben und die Masse gleichmäßig und auf dem Boden verteilen. Die Form auf dem Rost auf mittlerer Einschubleiste in den Backofen schieben.

Backzeit: etwa 35 Min.

Die Quiche am besten warm servieren.

Pro Portion / Stück: E: 10 g, F: 18 g, Kh: 15 g, kJ: 1.088, kcal: 261