

Lauch-Koriander-Quiche mit Möhren-Joghurt-Dip

Zutaten für 4 Portionen:

Mürbeteig: 250g Mehl – 80g Butter – Salz – ½ TL Zucker – *Belag:* 50g Haselnüsse – 1 EL Korianderkörner – 1 kg Lauch – 2 EL Bratöl – Pfeffer – ½ TL Rosmarin – 200g Schmand – 3 Eier – Muskat – 125g Camembert – *Dip:* 200g Möhren – 1 Knoblauchzehe – 1 EL Bratöl – 1 TL gelbe Senfkörner – ½ Bund glatte Petersilie – 250 g Joghurt

Zubereitung:

- Für den Teig Mehl, Butter, ½ TL Salz, Zucker und 5-6 EL kaltes Wasser mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. In Frischhaltefolie einpacken und etwa 30 Minuten kühl stellen
- Haselnüsse hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen
- Korianderkörner ebenfalls ohne Fett anrösten, anschließend mit dem Mörser fein zermahlen
- Backofen auf 180°C (Umluft 160°C) vorheizen
- Lauch putzen, in Ringe schneiden und waschen
- Öl in einem Topf erhitzen und den Lauch etwa 5 Minuten anbraten
- Mit Koriander, Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen. Beiseite stellen und etwas abkühlen lassen, dann die Haselnüsse unter den Lauch mischen
- Eine Springform einfetten und mit dem Mürbeteig auskleiden, einen 3 cm hohen Rand stehen lassen. Mehrmals mit einer Gabel einstechen
- Schmand mit Eiern, Pfeffer, Salz und Muskat verrühren
- Camembert entrinden und in ca. 0,5 cm dicke Streifen schneiden
- Lauch-Mischung auf dem Teig verteilen, Schmand-Mischung darüber gießen und mit dem Camembert belegen
- Bei 180°C ca. 40 Minuten backen
- Für den Dip die Möhren schälen und grob raspeln
- Knoblauch schälen und pressen
- Öl in einem kleinen Topf erhitzen, Senfkörner zugeben, die Hitze reduzieren und den Deckel auflegen. Wenn die Körner anfangen zu springen, den Topf vom Herd nehmen
- Knoblauch und Möhren zu den Senfkörnern geben, wieder auf die Herdplatte stellen und etwa 5 Minuten unter Rühren anbraten.
- Petersilie waschen und trocknen, die Blätter abzupfen und fein hacken
- Joghurt mit Möhren, Knoblauch und Petersilie verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken

Wir wünschen guten Appetit!

