

## Oktober | Kürbis-Quiche



### Zutaten:

Für eine Quicheform mit 26 cm Durchmesser

#### Für den Teig:

200 g Dinkelweißmehl

100 g kalte Butter

5 EL Wasser

1/2 TL **Salz**

#### Für den Belag:

2-3 Zwiebeln

1-2 Knoblauchzehen

1 kg Kürbisfleisch

1 EL Zitronensaft

2 Eier

150 g Sahne

100 g geriebener Hartkäse

1-2 EL frischer Dill oder 1 EL frischer Thymian

1 **Salbeiblatt**

1 TL **Bertram**

1 Msp. **Galgant**

**Kubebenpfeffer**

**Salz**

### Zubereitung:

Dauer: 50 Minuten, Backofentemperatur: 180 C°, Backdauer: 60 Minuten

Knetteig herstellen, ausrollen und mit der Hand in eine ausgefettete Springform drücken, einen kleinen Rand hochziehen und 20 Minuten rasten lassen.

Zwiebeln und Knoblauch klein hacken, in etwas Butter andünsten und abkühlen lassen. Dill oder Thymian, Salbeiblatt klein schneiden und mit den Eiern, Sahne, Käse, Zitronensaft und Gewürzen gut verschlagen. Zwiebeln, Knoblauch und fein geraspeltes Kürbisfleisch untermengen. Mit Salz und gemahlenem Kubebenpfeffer abschmecken. Belag auf den Teig streichen und im vorgeheizten Backofen backen.

Dazu schmeckt Blattsalat mit leichtem Weißweinessig-Dressing.

**Die fett gedruckten Zutaten finden Sie in unserem Gesundheit-Shop! >>> <https://www.kraeuter-gesundheit-shop.at/index.php/>**

**Viel Spaß beim Zubereiten, Genießen und beim Einkaufen in unserem Shop!**