

Quiche Lorraine

Das heutige Rezept steht schon ewig in der 'Warteschlange' und deshalb freue ich mich besonders, es Euch endlich aufschreiben zu können. Zu aller erst natürlich, weil es total lecker schmeckt und schnell gemacht ist. Aber auch deswegen, weil es eine echte Kindheitserinnerung für mich ist. Quiche Lorraine gab es bei uns oft an Geburtstagen oder einfach so. Zusammen mit einem gemischten Salat habt Ihr eine schnelle, alltagstaugliche Mahlzeit, die sicher auch vielen Kindern schmecken wird.



Quiche Lorraine gibt es ja in vielen verschiedenen Varianten - heute hab ich für Euch eine mit Hefeteig. Bei uns früher gab es sie immer mit Mürbteig, das Rezept dafür werde ich Euch unten noch dazu schreiben. Meine Wahl war aber nun doch der Hefeteig, erstens weil das einige Kalorien spart und zweitens weil mein Mann es so lieber mag ;-).

Zutaten (für 1 Springform mit 28-30 cm Durchmesser):

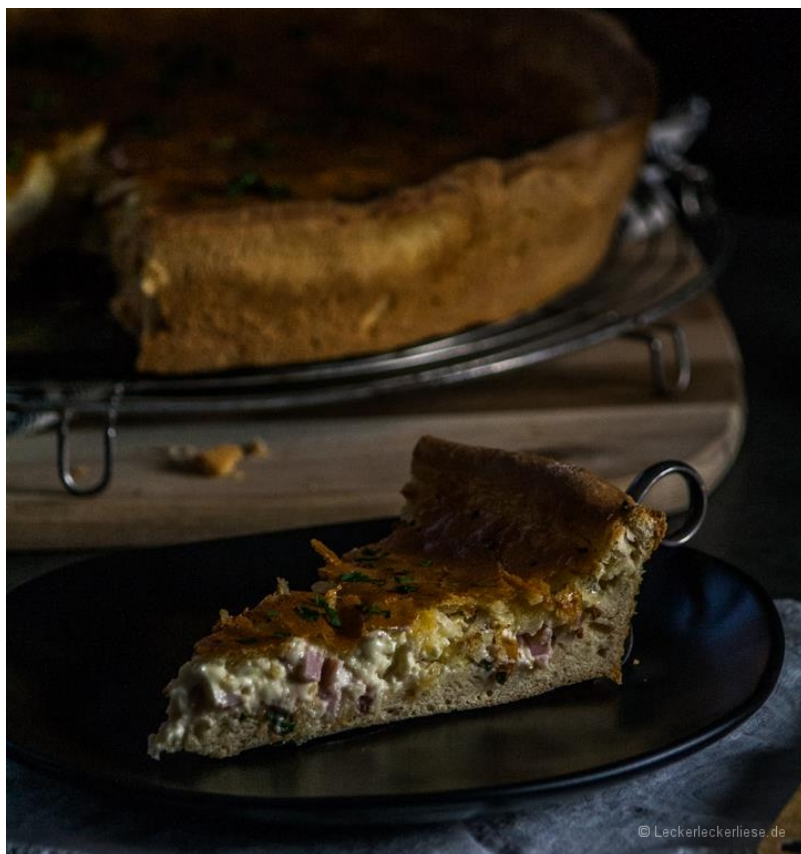
Für den Hefeteig:

- **150 ml lauwarme Milch**
- **1 Prise Zucker**
- **15 g frische Hefe**
- **1 Prise Salz**
- **40 g geschmolzene, etwas abgekühlte Butter**
- **270 g Mehl**

Für den Belag:

- **200 g gekochter Schinken**
- **3 Eier (M)**
- **250 ml Sahne**
- **1/2 TL Pfeffer**
- **150 g geriebener Emmentaler**

Für den Hefeteig die warme Milch und Zucker in eine Rührschüssel geben, Hefe dazu bröckeln und mit einem Schneebesen oder einer Gabel glatt rühren. 15 Minuten ruhen lassen. Nun die restlichen Zutaten zugeben und 5 Minuten in der Küchenmaschine mit dem Knethaken zu einem glatten Teig verarbeiten. Abgedeckt ca. 1-2 Stunden gehen lassen. Nach der Gehzeit den Teig mit etwas Mehl noch einmal durchkneten und in eine gefettete Springform drücken, dabei einen Rand formen.



Für den Belag den Schinken in kleine Stücke schneiden und auf dem Hefeboden verteilen. Eier trennen. Eiweiß mit den Rührbesen des Handrührgeräts steif schlagen und beiseite stellen. Eigelb mit Sahne und Pfeffer verrühren, Käse unterziehen. Den Eischnee vorsichtig unterheben. Die Masse auf den gekochten Schinken gießen und im vorgeheizten Ofen bei 190°C Ober-/Unterhitze ca. 30-35 Minuten goldbraun backen. Nach Belieben noch mit frischen Kräutern verzieren.



Tipps:

- Der gekochte Schinken kann zur Hälfte auch durch Katenschinkenwürfel ersetzt werden.
- Der Hefeteig kann auch schon am Vortag gemacht werden und im Kühlschrank gelagert werden. Dann ca. 2 Stunden vor der Verarbeitung heraus nehmen, so dass er Raumtemperatur annehmen kann.
- Wer lieber einen Mürbteig macht: 200 g Mehl, 100 g Butter, 1/2 TL Salz und 5 EL Wasser zu einem glatten Teig verkneten und in Folie gewickelt im Kühlschrank 1-2 Stunden ruhen lassen.
- Ich benutze für solche Teige gern Dinkelmehl Type 812, das ist etwas kräftiger als helles Mehl.

Quelle: 'Backvergnügen wie noch nie' von GU
