

# Brokkoli-Lachs-Quiche

## Zutaten für den Teig

250 g	Weizenvollkornmehl
½ TL	Salz
125 g	Butter
1	Ei

## Zutaten für den Belag

250 g	Brokkoli
3	Eier
150 g	Frischkäse mit Kräutern
250 g	Schmand
	Salz und Pfeffer
200-250 g	Lachsfilet

## Experimentiervorschrift

Alle Zutaten für den Teig verkneten und im Kühlschrank ruhen lassen. Dann den Teig in eine Quiche- oder eine herkömmliche Springform einbringen, einstechen und 10 min. bei 200° C backen.

Inzwischen ist der Belag vorzubereiten. Der Brokkoli (am besten nur die Röschen) kurz blanchieren. Die Eier sind mit dem Schmand und dem Frischkäse zu verquirlen und zu würzen. Der Brokkoli und der gewürfelte Lachs wird auf dem Teig verteilt, darüber gießt man die Eiermischung und bäckt noch etwa 30 min.