

Grünkohlquiche



Zutaten:	Zubereitung:
Hefeteig: 200 g Mehl	
½ Pck Trockenhefe	
125 ml Milch	
1 Eßl Öl	
½ Teel Salz	Hefeteig verkneten und zum Doppelten gehen lassen.
Quichebelag: 500 g Grünkohl	von den Stängeln befreien, grob schneiden und in kochendem Salzwasser blanchieren. Anschließend abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken, damit der Kohl nicht braun wird.
150 g geräucherten Speck	würfeln und in einer Pfanne auslassen. Den Speck beiseite stellen. Das ausgelaufene Fett jedoch in der Pfanne lassen

3-5 Zwiebeln	schälen und in Ringe hobeln und im Speck-Fett goldgelb braten. Den Speck und den Grünkohl zugeben. Den Hefeteig auswellen, in eine Springform legen und einen Rand hochziehen. Die Gemüsemischung einfüllen
300 ml Schmand	mit
2 Eiern	
Salz, Pfeffer	verrühren und über das Gemüse gießen

Temperatur:	200 Grad Ober- und Unterhitze
Backzeit:	30-40 Minuten backen, bis der Hefeteig schöne braune Spitzen zeigt.