

# GEMÜSEQUICHE



Für diese Gemüsequiche kannst du alle Gemüse(reste) verwenden, die du magst.

## Zutaten

- 1 Blätterteig rund, ausgerollt
- 4 EL Parmesan gerieben
- 4 EL Paniermehl ungewürzt
- 500 g Gemüse beliebige Zusammensetzung von saisonalen Gemüseresten wie z.B. Möhren, Bohnen, Brokkoli, Blumenkohl
- 3 Eier
- 200 ml Sahne
- Salz und Pfeffer
- Muskatnuss

## Zubereitung

- Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen, den Rost in der Mitte einschieben.
- Das Blech mit dem Teig belegen, Paniermehl und Parmesan darauf streuen, mit einer Gabel einstechen und kühl stellen.
- Gemüsereste, falls noch nicht gekocht, kurz in einem Topf andünsten.
- Für den Guss: Eier und Sahne gut verrühren und nach Belieben würzen.
- Das Blech aus dem Kühlschrank nehmen. Die Gemüsemischung darauf verteilen und den Guss darüber gießen.
- Backzeit: 30 – 40 Min, der Guss soll fest und leicht gebräunt sein.



Eine Kooperation von



**Zubereitung:**



Gemüsequiche