

pikanter Kartoffelkuchen

 60 min  Backform Ø 25 cm

Zutaten

- 800 g mehligkochende Kartoffeln
- 1 EL Salz (zum Kochen)
- 3 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Zucchini
- 150 g Kirschtomaten
- Kräuter nach Wahl (z. B. Thymian, Oregano)
- 3 Eier
- 150 ml Milch oder Sahne
- 100 g Feta
- Frisches Basilikum zum Garnieren

Zubereitung

1. Kartoffeln mit Schale in reichlich Salzwasser ca. 30 Minuten weich kochen. Optional pellen (Ich bevorzuge die Schale dranzulassen- wegen den Vitaminen)
2. Ofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
3. Eine runde Backform (Ø 25 cm) mit Backpapier auslegen und leicht mit Olivenöl einfetten. Kartoffeln noch warm in die Form geben und mit einem Glas oder Kartoffelstampfer gleichmäßig zu einem ca. 1 cm dicken Boden drücken. Einen ca. 2 cm hohen Rand formen.
4. Im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten vorbacken.
5. In der Zwischenzeit Zwiebel, Knoblauch und Zucchini klein schneiden. In Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 5-7 Minuten bissfest anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen. Tomaten halbieren.
6. Eier mit Milch/Sahne verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig abschmecken.
7. Zucchini-Zwiebel-Mischung und Tomaten gleichmäßig auf dem vorgebackenen Kartoffelboden verteilen. Eiermasse darübergießen.
8. Für ca. 25 Minuten backen. Nach 10 Minuten den Feta über der Oberfläche zerbröseln.
9. Sobald die Eimasse gestockt und der Feta goldbraun ist, die Quiche aus dem Ofen nehmen. Kurz abkühlen lassen und mit frischem Basilikum garnieren.

guten Appetit!



- Ihr könnt auch Lauch, Aubergine, Karotte, Spinat – jegliches Gemüse das ihr so zuhause habt – benutzen.
- Mozzarella anstelle von Feta schmeckt auch fantastisch.
- Parmesan unter die Eimasse heben für mehr Cremigkeit.
- Für die Proteine können gut einfach weiche Kichererbsen hinzugefügt werden

