

# Spargelquiche mit Bergkäse

Zubereitungszeit: 50 Min + 50 Min Gar.- und Backzeit



## Zutaten

### Mürbeteig:

250 g Weizenvollkornmehl  
125 g kalte Butter  
1 Prise Salz  
3 EL Wasser

### Belag:

2 kg Spargel  
300 g Magerquark  
1 EL Mandelöl  
1 Ei

Muskatnuss  
50 g Bergkäse  
1 EL Estragon  
Olivenöl

## Zubereitung:

Für den Teig Mehl und Butter möglichst kühl verarbeiten. Butter in kleine Stücke schneiden, zum Mehl geben und mit 2 Teigschabern hacken oder zwischen den Händen kurz zu Krümeln zerreiben. Eine Mulde in die Mehl-Butter-Mischung drücken.

Salz und Wasser zugeben, mithilfe der Teigschaber gut vermischen und zügig zu einem festen Teig verkneten. Den Teig ausrollen, eine Form (Ø 26-28) damit auslegen und zugedeckt etwa 30 Min. kalt stellen. Den Teig bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) 10 Min. vorbacken.

Für den Belag den Spargel schälen und dämpfen (nicht zu weich) und in ca. 1 cm lange Stücke schneiden. Spargel in einem Sieb sehr gut abtropfen lassen und die Spitzen beiseite legen. Den Quark mit dem Mandelöl, dem Ei und den Gewürzen glatt rühren, den Käse hinein reiben. Die Estragonblätter fein schneiden und zusammen mit den Spargelstücken unter die Quarkmasse heben.

Den Belag auf dem vorgebackenen Boden verteilen und bei 160 Grad (Umluft 145 Grad) ca. 30 Min. im Ofen backen. Die Spargelspitzen kurz vor dem Servieren in etwas Olivenöl andünsten, leicht mit Salz und Pfeffer würzen und zur Quiche servieren.