



# Rotkohl Kürbis Quiche

## Rezepte vom LAISEACKER



### Zutatenliste (für 1 Quiche):

#### FÜR DIE FÜLLUNG:

½ Rotkohl, ½ Hokkaido, 200g Cashewkäse, 200g Tofu, 200ml Wasser, 1 Zwiebel, 3 Knoblauchzehen, 50g Mandelblättchen, Kräutersalz, Pfeffer,

#### FÜR DEN TEIG:

200g Dinkelmehl, 80g Kichererbsenmehl, 100g Butter (z.B. Alsan Bio), Thymian, Oregano, Räuchersalz, ½ Tasse Wasser

### Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180°C Ober- Unterhitze vorheizen. Für den Teig Kichererbsenmehl und Dinkelmehl vermischen. Räuchersalz und Thymian hinzufügen. Butter in kleine Stücke schneiden und hinzugeben. Wasser hinzugeben und mit dem Holzlöffel alle Zutaten zu einem Teig verkneten. Anschließend mit den Händen kurz kneten. Ist der Mürbteig noch zu klebrig, etwas Mehl nachgeben. Die Arbeitsfläche mit Mehl bestreuen und den Teig darauf ausrollen. Eine Quiche Form fetten und den Teig hineingeben. Die Ränder andrücken und den Teig mit der Gabel einstechen. Für 20 Minuten im Ofen vorbacken.
2. Währenddessen die Füllung zubereiten. Dazu den Rotkohl halbieren und die Hälfte in Streifen schneiden und nochmals halbieren. Den Kürbis halbieren und die Hälfte in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und in Streifen schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und alle Zutaten anbraten.
3. Den Tofu mit dem Cashewkäse, 2 Knoblauchzehen und dem Wasser mixen. Mit Thymian, Kräutersalz Pfeffer würzen.
4. In einer Rührschüssel das Gemüse mit der Tofumasse mischen. Den Teig aus dem Ofen nehmen und die Füllung hineingeben. Die Füllung sollte mit dem Rand abschließen. Die Quiche mit den Mandelblättchen bestreuen.
5. Anschließend weitere 30 Minuten im Ofen backen

Viele weitere tolle  
Rezeptideen finden Sie auf