nøgg

No Egg.
But Plants.

Einfach. **Elegant.**

Quiche mit Spargel.

auf Pflanzenbasis

Zubereitung

1. Alle Zutaten für den Boden in eine Schüssel geben und 5 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Den Teig abdecken und 30 bis 60 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

2. Währenddessen den Spargel waschen, schälen und die Enden abschneiden. Die Spargelstangen in lange Stücke schneiden und in der Pfanne mit einem Schuss Pflanzenöl 5 bis 8 Minuten bei mittlerer Temperatur dünsten. Nach Belieben mit Salz würzen. Anschließend in ein Sieb geben und gut abtropfen lassen.

3. Für die Füllung **nøgg,** die vegane Sahne, den Spargel und die Petersilie in einer Schüssel miteinander vermengen. Die Masse nach Belieben mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

4. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf einer bemehlten Fläche ca. 3 mm dick ausrollen. Anschließend in die leicht gefettete Quicheform legen und einen Rand formen.

5. Die Spargelfüllung auf den Teig geben, mit Spargelstangen dekorieren und die Quiche backen:

im Backofen
180 °C (Ober-/Unterhitze), 45 Minuten (vorgeheizt)

im Kombidämpfer
130 °C (trockene Hitze), 30 Minuten (vorgeheizt)

Die Zubereitungszeit ist stets abhängig vom jeweiligen Gerätetyp und dessen Leistungsstärke.

Zutaten für 1 Quiche (ø 27 cm)

Boden

· 250 g Weizen- (Type 550) oder Dinkelmehl
· 100 g Margarine
· 100 g Wasser
· 2 g Salz

Füllung

· **200 g nøgg Ei-Alternative**
· 200 g Sahne (vegan)
· 500 g Spargel, geschnitten, frisch oder tiefgekühlt
· 10 g Petersilie
· nach Belieben Salz, Pfeffer, Muskat

EIPRO-Vermarktung GmbH & Co. KG
Gewerbering 20 · 49393 Lohne · Germany · www.eipro.de

noegg.de