

# nøgg

No Egg.  
But Plants.

Einfach. **Elegant.**

## Quiche mit Spargel.

### 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 ca. 3 cm 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 das 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.



  
pflanzen-  
basiert

### 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 flüssig**
- 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](http://www.eipro.de)

[noegg.de](http://noegg.de)