



Hausgemachter Gemüsekuchen Unser Rezept zum Frühlingsbeginn

Frühlingsfreude am Stück: Knackiges Gemüse, frische Kräuter und ein zarter Boden – jeder Bissen ein leichter Genuss voller Farbe und Aroma.

Zutaten

Für den Kuchenteig

250g	Mehl
2g	Salz
100g	kalte Butter, in Stückchen
70g	Wasser
15g	Essig

Belag

50g	Bundzwiebeln
50g	Pfälzer Rüebl
50g	Rüebl
100g	Wirz
100g	Zucchetti
200g	Spinat
80g	geriebene Gruyère
20g	Mehl

Kräuterrahmsauce

200g	Sauerrahm
20g	frischer Schnittlauch, fein geschnitten
20g	frische Petersilie, fein gehackt
20g	frische Pfefferminze, fein geschnitten
1	Zitrone

Guss

150g	Quark
2	Eier
1dl	Milch
50g	geriebener Gruyère
5g	Maizena

Zubereitung

Kuchenteig zubereiten

Mehl und Salz in einer Schüssel vermengen. Die Butter in kleinen Stücken dazugeben und mit den Fingern zu einer krümeligen Masse verreiben. In der Mitte eine Mulde formen, Wasser und Essig hineingiessen und alles rasch zu einem Teig zusammenfügen – dabei nur leicht zusammendrücken, nicht kneten.

Teig vorbereiten und ausrollen

Den Teig zwischen zwei Backpapierbögen leicht flach drücken und mit einem Wallholz auf die Größe des Backblechs ausrollen. Anschliessend samt unterem Backpapier auf das Blech legen, überstehendes Papier und Teig abschneiden und das obere Backpapier entfernen. Den Teigboden mit einer Gabel dicht einstechen und den Rand bei Bedarf leicht ausformen. Den Teig etwa 30 Minuten kühl stellen.

Ofen vorheizen

Den Ofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (180 °C Umluft) vorheizen.

Belag vorbereiten

Bundzwiebeln und Wirz in feine Streifen schneiden. Pfälzer Rübli, Rübli und Zucchetti grob reiben. Das vorbereitete Gemüse – ohne Spinat – in einer Pfanne weich dünsten, den Spinat separat kurz sautieren. Danach alles Gemüse (ausser den Cherry-Tomaten) gut vermengen und gleichmässig auf dem Teigboden verteilen. Die halbierten Cherry-Tomaten mit der Schnittfläche nach oben darauf legen.

Kräutersauerrahm zubereiten

Sauerrahm mit Schnittlauch, Petersilie und Pfefferminze verrühren. Die Zitronenschale fein abreiben, etwas Saft dazugeben und alles gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Guss vorbereiten und backen

Alle Zutaten für den Guss gut verrühren und gleichmässig über den Belag giessen. Die Wähe auf der untersten Schiene des vorgeheizten Ofens 35–40 Minuten backen.

Anschliessend herausnehmen und heiss servieren.

Mir wünsche e Guete!