

## Karottenquiche

### Zutaten (für 2 Quiche Formen à 20x20 cm)

#### Teig

250 g Dinkelmehl (Typ 630)  
120 g Quark  
120 g Butter (zimmerwarm)  
1 Ei (Größe M)  
1/2 TL Salz



#### Füllung

4 gedünstete Karotten  
Parmesan

#### Eiersahne

3 Eier (Größe M)  
150 ml Sahne  
Salz  
Pfeffer  
frische Kräuter nach Belieben

## Zubereitung

Die Zutaten für den Teig in einer Rührschüssel zu einem glatten Teig verarbeiten und über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

Am Folgetag ausrollen und in die gefetteten und leicht gemehlten Quicheformen legen.

Die gedünsteten Karotten schneiden und auf den Boden legen (ich habe sie frühlingshaft sonnenförmig gelegt). Die Zutaten für die Eiersahne verquirlen und über die Karotten gießen.

Mit den Kräutern bestreuen und etwas Parmesan darüberreiben.

Backofen auf 180° Grad vorheizen und die Quiche auf der mittleren Schiene 25-30 min goldbraun backen.